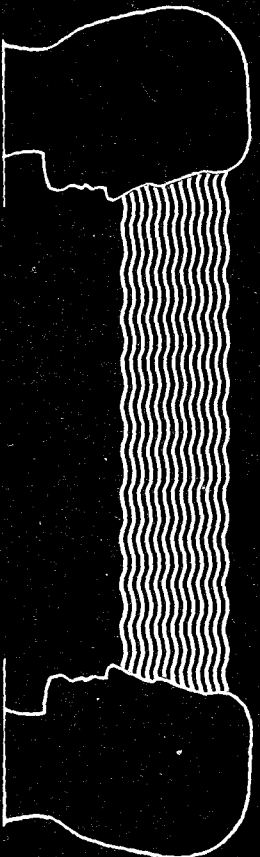
Paul-Clément Jagot

# A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA

## curso prático de telepsiquia

a transmissão do pensamento
e a sugestão mental

pensamento

PAUL C. JAGOT

# A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA

A transmissão do pensamento e a sugestão mental
Método prático de Telepsiquia

Tradução de
Ivone Toledo

EDITORA PENSAMENTO
SÃO PAULO

Título do original:
L'INFLUENCE A DISTANCE
Publicado por Éditions Dangles, 38, rue de Moscou, Paris

| Edição | Ano |
| --- | --- |
| 7-8-9-10-11-12 | 94-95-96-97 |



*Impresso em nossas oficinas gráficas.*

# SUMARIO

## LIVRO I — Curso Elementar



### PRIMEIRA PARTE

TEORIA E PROCEDIMENTOS GERAIS

## SEGUNDA PARTE

### Produção de Fenômenos em Sujeitos de Experiência



## TERCEIRA PARTE

### Adaptações Diversas



## QUARTA PARTE

### Indicações Complementares

## LIVRO II — Curso Superior



## INTRODUÇÃO

Paul-C. Jagot nasceu em Paris a 16 de julho de 1889, onde também morreu a 15 de janeiro de 1962. Passou a vida toda em Paris, sendo mesmo o tipo do parisiense amante de sua cidade, a ponto de ali viver os 365 dias do ano. Ignorava férias e viagens; sentia-se desambientado longe da Capital.

De família muito modesta, seu pai era vidraceiro e parisiense como ele. A mãe, de origem suíço-italiana, tinha a simplicidade e dedicação das verdadeiras mulheres do povo. Ele teve um irmão mais velho, que morreu na guerra de 1914.

Nascido pobre, Paul-C. Jagot teve uma infância difícil, doentia, e os médicos não escondiam seu ceticismo sobre as possibilidades de uma longa vida. Muito jovem, colocaram-no como aprendiz de prótese dentária. Toda a sua vida ficou marcada pela lembrança da situação penosa dos aprendizes daquela época. Aos quinze anos preparou-se, sozinho, para o concurso de ingresso na Estrada de Ferro do Norte e, tornou-se funcionário. Mas seu temperamento, independente e indomável, não suportou muito tempo essa vida regrada e monótona. Foi então que descobriu o Hipnotismo, pelo contacto com o experimentador A. Lapôtre e também com Hector Durville, do qual foi aluno desde 1907 — tinha então dezoito anos — para tornar-se, em seguida, seu colaborador.

Com o Hipnotismo adquiriu o gosto pelas Ciências Ocultas. Estudou a fundo, primeiro o Magnetismo, a

seguir a Magia e todas as Ciências de observação: Astrologia, Quirologia, Fisiognomia, e principalmente Grafologia, na qual se destacou. Pode-se dizer que foi seu ponto forte. Dissecava uma escrita com desconcertante desembaraço, pois seus profundos conhecimentos da Psicologia individual permitiam-lhe fazer retratos grafológicos absolutamente notáveis. Foi aluno de Crépieux-Jamin que lhe deixou numerosos testemunhos de satisfação. Infelizmente, o livro que ele preparava, há muitos anos, sobre interpretação grafológica, não será terminado. É pena pois nele teria dado o melhor de si próprio.

Paul-C. Jagot deixa, entretanto, uma obra importante, que se irradia pelo mundo inteiro. De todas as partes, leitores lhe prestam homenagem: seus livros lhes proporcionaram conforto nas provações, coragem e audácia para se lançarem a empreitadas e muitos lhe atribuem o êxito de suas vidas.

Paul-C. Jagot é o triunfo do autodidata. Sem diploma, instruiu-se por si próprio durante toda a existência. Dotado de memória extraordinária, era um verdadeiro erudito. Teria sido um médico notável. Sua influência foi grande sobre muitos leitores. Mas a notoriedade mundial não lhe afetou a natural simplicidade. Nenhum escritor foi a tal ponto desprovido de toda a vaidade literária. Abria olhos espantados e céticos quando lhe falavam do bem que seus livros difundiam pelo mundo.

Morreu como viveu. Simplesmente, sem fazer muito ruído. Foi enterrado no cemitério parisiense de Thiais, longe de todas as pompas oficiais, cercado unicamente de alguns amigos íntimos. Para embalá-lo no seu túmulo tem a lembrança reconhecida de numerosos leitores que lhe devem o terem sobrepujado suas dificuldades ou tomado consciência de suas possibilidades de uma realização plena.



# LIVRO PRIMEIRO

## CURSO ELEMENTAR

### Introdução ao Livro I

*Existe um meio seguro de exercer influência sobre outrem, de longe ou de perto; um meio bastante sutil para continuar despercebido, por mais profundamente que se sofra sua invisível ação à qual, aliás, ninguém é inacessível.*

*Esse meio não é senão a propriedade comunicativa, dominadora e atrativa de todo pensamento emitido intensamente.*

*Alguns o utilizam, embora o ignorem ou contestem, sem se dar conta de deverem inteiramente à atividade poderosamente irradiante de uma vigorosa organização psíquica o ascendente de suas personalidades.*

*Outros desejariam aprender a usar deliberadamente tal influência. É sobretudo para esses últimos que escrevo este livro, na redação do qual predomina, por conseguinte, o cuidado da clareza, da precisão e da simplicidade.*

*Os três primeiros capítulos expõem as noções teóricas e práticas cujo perfeito conhecimento é indispensável a quem queira tentar, seja obter os fenômenos telepsíquicos de que tratam os capítulos IV, V, e VI, seja aplicar a influência mental a uma das possibilidades às quais estão consagrados os capítulos seguintes.*

*Como para todas as coisas, cada um de nós vem ao mundo mais ou menos qualificado para a ação à distância, mas a presente obra fixou como finalidade permitir, aos menos dotados, extrair de suas atuais aptidões o máximo efeito e fortificá-los através de exercícios.*

*Afirmo que, com um pouco de atenção e boa vontade, a maior parte dentre nós pode utilizar, com proveito, o ensino que se segue.*

PAUL-C. JAGOT



# Primeira Parte

# TEORIAS E PROCEDIMENTOS

# I

# INTRODUÇÃO AO ESTUDO DO PODER DO PENSAMENTO

*Todos podem executar ou receber as comunicações e a imposição do pensamento. — A influência telepsíquica é uma subseqüência constante da atividade afetiva e cerebral. — Pode-se utilizá-la deliberadamente. — Os trabalhos anteriores.*

A realidade dos diferentes fenômenos de influência direta de um espírito sobre outro foi amplamente verificada. Diversas pesquisas conduzidas simultaneamente, na Europa e nos Estados Unidos, por personalidades ou agrupamentos científicos, permitiram extrair, de uma considerável massa de observações, a certeza de que o pensamento comunica-se, às vezes espontaneamente, de uma pessoa a outra, através da distância.[1] Numerosos pesquisadores tentaram, por outro lado, com sucesso, a transmissão concentrada de imagens a um colaborador distante.[2] A execução de ordens mentais impostas a um sujeito de experimento foi igualmente obtida.[3] Conseguiu-se, por fim, provocar o hipnotismo de improviso, longe da presença do hipnotizado.[4]

*A priori*, tudo isso não parece implicar a possibilidade, em geral, de influir sobre alguém por sugestões

(1-2-3-4): Ver nas págs. 18 e 19 as referências documentais relativas a esses quatro gêneros de manifestações telepsíquicas.

interiormente formuladas; ainda que numerosos, aqueles *que se revelaram* emissores ou percipientes de irradiações mentais, constituem uma minoria.

Será necessário, então, considerar a comunicação ou imposição do pensamento como exepcional e a maioria de nós como inaptos para exercer ou sofrer ação *telepsíquica?* Esta é a opinião de algumas autoridades. Outras, não menos abalizadas, professam, ao contrário, que *todo pensamento se exterioriza e tende a afetar, de acordo com o que exprime, o indivíduo em que se pensa.* A experiência prática colocou-me, sem reservas, entre estes últimos.

Certamente, continua excepcional a repercussão *instantânea, integral,* de uma imagem, de um estado afetivo, na tela intelectual ou na sensibilidade de um terceiro, próximo ou distante. De todos os fatos recolhidos resulta que semelhante manifestação parece necessitar, da parte do emissor, qualidade e vigor emocional singulares.

Seguramente, *uma sugestão não poderia* invadir, *de imediato, a consciência de quem* não oferece a *mais longínqua receptividade a tal irrupção.* O que afirmo, o que verifiquei, o que outros comprovaram é que, *reiterando-se, longa e ardentemente a sugestão, tudo se passa como se projetássemos, no sujeito, uma impregnante emanação, que desperta gradualmente e de pronto faz predominar, nele, as disposições sugeridas.*

Por mais estranha que lhe seja uma noção, mesmo imprecisa, dessa lei, todo indivíduo de vontade e tenacidade impõe inconscientemente suas exigências. E como a gota de água, cuja queda repetida escava, pouco a pouco, uma rocha dura, a ação mental do mais débil pode, com o tempo, imprimir sua marca em vigorosas resoluções.

Somos todos impressionáveis, contra nossa vontade, por inumeráveis projeções psíquicas, da mesma maneira que afetamos, sem o saber, não somente as pessoas especificadas por nossos pensamentos como também aqueles — por vezes desconhecidos — que elas evocam. Esse incessante fenomenismo permanece obscuro, imperceBido, pois não poderíamos discernir senão pequena parte dos elementos cuja confluência produz nossas impressões, sentimentos e convicções. Se nos vierem de fora, escapam necessariamente à consciência.



Assim, *a irradiação telepsíquica, subseqüência inevitável da atividade afetiva e cerebral, deve ser considerada como propriedade normal do espírito humano.* Se apenas raramente produz essas comunicações instantâneas, que a tornam evidente, representa, no entanto, papel perpétuo e considerável na vida cotidiana. Mas as tormentas não troaram séculos antes de perceber-se a presença e a atividade universal do agente do qual eram a única manifestação evidente?

Proponho-me a mostrar como utilizar deliberadamente essa propriedade do pensamento em que cada um aplica inconscientemente — e amiúde num sentido contrário ao seu bem. *Para utilizá-la com proveito, convém governar-lhe a emissão* e proporcionar-lhe energia, duração e freqüência às resistências que opõem ao seu influxo as características morais do destinatário.

Uma incitação mental, além disso, por mais precisa e longamente expressa que seja, possui, por si própria, somente um fraco vigor propulsivo. Donde a insuficiência de uma fria e sistemática experimentação laboratorial para prestar contas, integralmente, do poder do pensamento. São com efeito, as emoções intensas, os sentimentos exaltados, as ânsias ardentes que irradiam, com mais eficácia, nossa invisível influência. Outrossim, é preciso saber *condensar,* para emiti-lo, a seguir, em *alta tensão,* o dinamismo cerebral que as disposições anteriores engendram, em profusão, mas que dispersam facilmente, se não se refrearem os ímpetos múltiplos.

Seguindo as indicações deste livro, toda pessoa pode realizar as condições indispensáveis para verificar, por si

própria, a realidade das ações à distância. A técnica operatória exposta adiante — já professada verbalmente, para grande satisfação de alguns — resulta inteiramente de minhas pesquisas.

Em diversas oportunidades, já tratei da questão e indiquei, cada vez, procedimentos diferentes. Pois, de ano em ano, desde 1909, quando apareceu meu primeiro trabalho, até 1918 — data da edição primitiva do *Método Científico Moderno de Magnetismo, Hipnotismo, Sugestão* — e depois até hoje, minha concepção evoluiu sem cessar através das lições da experiência.

A fim de não imprimir nada que já tenha sido publicado alhures, abstenho-me de qualquer citação documentária. Mas, tanto em apoio de minhas afirmações quanto para orientar os leitores, desejosos de consultar outras fontes — os seguros, notadamente — desejo indicar os principais clássicos da questão. Ei-los, em ordem alfabética. Faço preceder de um *a* os livros relativos aos fatos de *telepatia, telestesia, televisão* e *teleaudição espontâneas;* de um *b* aqueles onde se trata da *transmissão combinada de imagens;* de um *c* os documentos publicados sobre a *sugestão mental imposta a sujeitos despertos ou hipnotizados;* de um *d* as *contribuições ao estudo da hipnose provocada de improviso pela intenção concentrada;* enfim, de um *e* as obras de *aplicação prática.*


*c*) ATKINSON. — A Força — Pensamento. Sua ação e seu Papel na Vida. Paris, 1904.

*e*) BESANT (Annie). — O Poder do Pensamento, seu Domínio e sua Cultura. Paris, 1905.

*d*) BOIRAC, — A Psicologia Desconhecida. Paris, 1913.

*d*) BOIRAC. — O Futuro das Ciências Psíquicas. Paris, 1914.

*c*) BOURRU e BUROT — A Sugestão Mental e as Variações da Personalidade. Rochefort, 1895.

*c*) DURVILLE (Hector). — Telepatia. Telepsiquia. Paris, 1915.

*a*), *b*) FLAMMARION (Camille). — O Desconhecido e os Problemas Psíquicos. Paris, 1915.





*a*), *b*) FLAMMARION (Camille). A Morte e seu Mistério. Paris, 1920.

*c*), *e*) GUAITA (Stanislas de). A Chave da Magia Negra. Paris, 1897.

*a*) GURNEY, MYERS e PODMORE, — As Alucinações Telepáticas. Paris, 1891.

*e*) INGALESE (Richard). — A História e o Poder do Espírito (tradução de Dr. P. Oudinot). Dangles, 1938.

*c*) JOIRE (Dr.) — Os Fenômenos Psíquicos Supranormais. Paris, 1912.

*c*) LEADBEATER. — O Pensamento, seu Poder e seu Uso. Paris, 1910.

*d*) MARILLIER. — As Ações Mentais à Distância. *Revue Philosophique,* abril de 1897.

*a*) MAXWEL. — Os Fenômenos Psíquicos. Paris, 1914.

*e*) MULFORD. — Vossas Forças. Paris, 1895. (Em português: Vossas *Forças Mentais,* Ed. Pensamento).

*b*), *c*) OCHOROWICZ. — Da Sugestão Mental. Paris, 1889.

*a*), *b*), *c*) PERRONET (Dr.) — Força Psíquica e Sugestão Mental. Lonsle-Saunier, 1886.

*b*), *c*) RICHET (Ch.) — A Sugestão Mental e o Cálculo das Probabilidades. *Revue Philosophique.* Dezembro de 1884.

*d*) RICHET (Ch.) — O Sonambulismo à Distância, sem o Conhecimento do Sujeito.

*c*) RICHET (Ch.) — Tratado de Metapsíquica. Paris, 1922.

*c*) ROCHAS (A. de) — A Exteriorização da Motricidade. Paris, 1922.

*e*) SEGNO — A Lei do Mentalismo. Dangles. Paris, 1954.

*a*), c) SERMYN (Dr. de) — Contribuições ao Estudo das Faculdades Cerebrais Desconhecidas. Paris e Genebra, 1911.

*c*) SOCIEDADE DE PESQUISAS PSÍQUICAS DE CHICAGO — A Leitura ou a Transmissão do Pensamento. Paris, s. d.

*c*) TURNBULL. — Magnetismo Pessoal. Paris, 1940. (Em português: *Curso de Magnetismo Pessoal,* Ed. Pensamento).

*c*) WARCOLLIER. — A Telepatia. Paris, 1921.


Consultar-se-á também, com proveito, a coleção dos *Anais das Ciências Psíquicas.*

## II

# O QUE É PRECISO TER COMPREENDIDO ANTES DE EXPERIMENTAR

*As analogias entre o rádio e a telepsiquia. — A consonância radiofônica e a consonância mental. — A sintonização e a receptividade espontânea. — A superioridade do tom de movimento e a imposição do pensamento. — Necessidade de um estado especial, de uma emissão prolongada e renovada. — A impregnação gradualmente modificadora. — Leis das ações mentais à distância. — Comentários. — Da nitidez das imagens sugeridas depende a conformidade dos efeitos intencionais. — O vigor propulsivo destes é proporcional à avidez que se experimenta por aquilo que as imagens induzem. — A intenção eficaz por si própria. — Psicologia de uma experiência clássica. — A determinação periódica do estado eficiente. — Necessidade de uma elaboração e de uma condensação sistemática da energia psíquica.*

As hipóteses provisoriamente admitidas para explicar a radiodifusão teriam parecido aberrantes há um século. Quando, hoje em dia, com um dispositivo de ajuste escuta-se, em local fechado, um concerto longínquo cuja emissão atravessa o espaço e a matéria densa, admite-se facilmente que as ondas radiofônicas se transmitem por ondulação, no seio de um agente assaz sutil para interpretar todos os corpos. Quer o chamemos éter, quer o definamos de outra maneira, afirma-se a existência de um veículo susceptível de impregnar todas as coisas ao infinito e de conduzir as ondas radioelétricas.

Aliás, será de maneira provavelmente análoga — senão idêntica — que se explicarão, um dia ou outro, os fenômenos de telepsiquia, o que confirmará uma teoria professada desde a Antiguidade pelos discípulos da ciência oculta.[1]

Com efeito, tudo se passa como se, banhadas e impregnadas por um invisível oceano fluido, nossas almas se encontrassem em comunicação constante.

Uma criança provida de um aparelhinho de rádio sabe logo regular os cursores de maneira a tornar o aparelho sensível a este ou aquele comprimento de ondas. Assim, ela sintoniza o aparelho para o tom das vibrações transmitidas pelo posto emissor que deseja ouvir e, de fato, uma vez estabelecida a consonância, o receptor reproduz todas as comunicações emitidas em sintonia com ela.

Amiúde, alguma coisa de análogo acontece entre dois indivíduos cujas intimidades, similitudes e gostos estejam *sintonizados* mentalmente. Os pensamentos de um impressionam o cérebro do outro, comunicando-lhe seu tom de movimento, que tende a suscitar, no outro, pensamentos análogos.[2] Este fenômeno efetua-se, às vezes, com tal intensidade, com tal vigor, com tal precisão que o pensamento de um reflete-se integralmente no espírito do outro, no instante mesmo em que foi emitido. Ao ler as narrativas de melhores observações nestes últimos cinqüenta anos, verifica-se que as mais notáveis comunicações telepsíquicas aconteceram precisamente entre pessoas íntimas.

(1) Ver, do mesmo autor, *Science Occulte et Magie Pratique,* (Éditions Dangles, Paris).

(2) "Como, dir-se-á, a personagem assim impressionada não se apercebe de nada?" Eu respondo: "Pelas razões já mencionadas na pág. 17".



Suponhamos agora que se queira agir sobre um indivíduo, não mais isotônico [1] mas indiferente ou heterotônico.[2] À falta dessa receptividade de imediato, que é a única capaz de permitir a comunicação propriamente dita do pensamento, [3] bastará que a pessoa realize ela própria, um tom de movimento psíquico superior em força ao do sujeito visado. Esse tom de movimento arrastará, pouco a pouco, o dele. Impor-se-á a ele. A emissão deverá então efetuar-se com particular energia e longa insistência. Apenas uma sessão raramente será suficiente para impregnar alguém, a ponto de influir-lhe peremptoriamente nas disposições. Em quase todos os casos, será necessário, pois, reiterar a ação diariamente, durante um período mais ou menos longo. Enfim, é escusado dizer que se nos endereçamos a um terreno psicológico pouco compatível com o objeto das sugestões, estas não poderão modificá-lo senão gradualmente, ao preço de esforços enérgicos e incansavelmente renovados.

Na Índia existe, ao que parece, adeptos da doutrina chamada Ioga cuja influência sobre uma ou várias pessoas se estabelece em alguns minutos. Tais experimentadores conseguem, sem aparentar nenhum esforço penoso, alucinar toda uma multidão. Acredita-se presenciar uma cena terrificante ainda que nada aconteça. A mesma miragem engana cada espectador. Forneceriam as latitudes orientais tal gênero de fenômenos? Beneficiam-se os iogues de faculdades psíquicas desenvolvidas, de geração em geração, por exercício ininterrupto? Ao repetir continuamente as mesmas experiências, adquirem com isso um virtuosismo especial? Eu o ignoro, mas no Ocidente os anais do psiquismo não registraram, até agora, repercussões psíquicas tão instantâneas.

(1) Iso: igual.

(2) Hetero: diferente.

(3) Entre dois experimentadores, um desejoso de transmitir e outro de receber imagens mentais, um acordo pode ser talvez, artificialmente realizado, da maneira que explicarei no capítulo IV.

Eis aqui o que provavelmente acontece quando se age: — Uma primeira vaga ondulatória chega ao sujeito e reage imperceptivelmente sobre os elementos de sua moral, que o operador busca substituir por outros. À fraca impregnação realizada por tal vaga somar-se-ão os efeitos sucessivos de vinte, trinta, cem novas emissões. Ao combinar-se com os pensamentos próprios do sujeito, o elemento sugerido que assim os atinge modifica-os, primeiramente de maneira insignificante, depois suscinta, das profundezas inconscientes de seu psiquismo inferior,[1] diversas considerações até então estranhas à atividade habitual deste último. Essas considerações, desenvolvidas sem cessar sob a impulsão periódica das irradiações do operador, evoluem pouco a pouco e apresentam uma conformidade, cada dia mais precisa, com o objeto final das sugestões.

Em resumo, *a influência exterior, após ter aflorado, afetado* e depois *impregnado* cada vez mais apreciavelmente o espírito termina por *predominar*.

Definamos agora as condições de eficiência da ação telepsíquica.

## LEIS DA TELEPSIQUIA

*Lei N.º 1. — É principalmente por imagens — e não só de maneira literal — que convém expressar o que se quer sugerir. É preciso, pois, imaginar o que se desejaria que acontecesse.*

*Lei N.º 2. — A conformidade da intenção com o efeito opera-se na razão direta da precisão das imagens irradiadas.*

*Lei N.º 3. — O vigor propulsivo de uma emissão telepsíquica é proporcional à avidez que se experimenta*

(1) A elaboração e o enunciado das leis que se seguem são trabalho meu. Eu as formulo sob minha responsabilidade e desafio quem lhes possa opor o menor fato. Elas serão certamente completadas e precisadas por novas leis, mas a experiência as confirmará sem dúvida alguma.



*no tocante à realização buscada ou, mais geralmente, ao desejo que se tem de afetar o sujeito.*

*Lei N.º 4. — Uma só transmissão diária, de duração x, é de eficácia superior à de duas emissões de duração respectivamente x/2.*

*Lei N.º 5. — Cada emissão correta modifica sempre, mais ou menos sensivelmente, as disposições morais do sujeito em conformidade com as intenções do operador.*

*Lei N.º 6. — A modificação do sujeito se afirma à medida que as emissões prosseguem.*

Uma comparação muito simples vai-nos ajudar a bem compreender os mais essenciais destes seis princípios: o segundo e o terceiro.

Eis uma lanterna mágica colocada diante de uma tela. Acendamos a lâmpada e coloquemos uma placa de projeção atrás da objetiva. A imagem vai projetar-se na tela. Ela se inscreverá, perfeitamente visível em todos os pormenores, sob duas condições:

— *a*) Que seus contornos sejam claramente indicados.

— *b*) Que a iluminação tenha brilho suficiente.

De uma placa defeituosa, o mais perfeito farol não poderia tirar mais que uma projeção confusa. Inversamente, a perfeição do clichê dificilmente apareceria sob os raios de uma luz fraca e vacilante.

Em telepsiquia, o impulso interior é a luz projetante; a imagem mental, a placa geradora. Convém, portanto, empregar o maior cuidado na construção das imagens que desejemos comunicar, sobretudo daquelas cuja predominância sugestiva queiramos impor entre os pensamentos habituais de alguém.

Deixando de visualizar bem precisamente as fases sucessivas de uma modificação moral, obter-se-iam apenas disposições mais ou menos divergentes daquelas que

satisfariam inteiramente e, tratando-se de uma sugestão de ato, o impulso intencional não seria fielmente seguido.

Mas as representações mentais, mais minuciosamente definidas, não acarretam, por si próprias, mais que esboços de efeitos. Para propulsioná-las energicamente faz-se mister o irresistível impulso de uma vontade imperiosa, de uma viva emoção ou de uma avidez ardente. O desejo puro e simples influi mais, se é vivo e preciso, do que a concentração de pensamentos, puramente cerebrais, tal como a que se ensina em certos manuais.

E observei o que precede, pela primeira vez, há mais de quinze anos, a propósito da experiência bem conhecida que consiste em obrigar alguém a voltar-se, por meio da fixação do olhar na nuca e do comando mental. Por muitos anos me aconteceu — como a todos que tentaram essa experiência — fixar os olhos e a atenção dez ou quinze minutos sem nenhum resultado. A luz se fez uma noite quando, enquanto erravam distraidamente, meus olhares foram atraídos, durante certo contato, pela nuca e pelas costas de uma espectadora cujo rosto me inspirou, de pronto, a mais viva curiosidade. Enquanto eu calculava os traços, *imaginando e desejando a impressão* suave que deviam dar, o objeto de minha contemplação manifestou logo evidente agitação. Estremecimentos agitaram a região visada. A mão pareceu querer apagar da pele algum contato irritante. Por fim a cabeça voltou-se bruscamente... E creio que uma certa intuição da causa perturbadora não era estranha ao olhar incisivo que encontrou o meu.

Na sua aparente insignificância, esse fato continha toda a substância do ensinamento anunciado acima: o vigor propulsivo das emissões telepsíquicas e proporcional à avidez de experimentar-lhe o efeito. Sua principal condição de eficiência não é senão a aspiração imperiosa do resultado procurado. Assim, a exaltação do centro emocional se comunica ao centro cerebral, que vibra ativamente e irradia as vibrações com força.



A dificuldade consiste em determinar periodicamente, no momento oportuno, esse estado veemente, sustentá-lo todo o tempo necessário, e depois anulá-lo até a sessão seguinte, pois sua persistência se esgotaria rapidamente. Os adeptos desse hermetismo extraviado que se chama magia negra compreenderam isso há séculos, pois seus mais antigos formulários abundavam em receitas de electuários e filtros à base de excitantes psíquicos — eficientes mas perigosos. Eliphas Lévi nos diz, em seu *Dogma e Ritual de Alta Magia,* que para realizar prodígios é preciso estar-se fora das condições ordinárias da humanidade, abstraído pela sabedoria ou exaltado pela loucura. Insuficientemente evoluídos para atingir depressa a abstrata serenidade, mas pelo menos preocupados em evitar os tóxicos que desequilibram, devemos usar meios compatíveis com nossas possibilidades. Esses meios consistem em observar as condições de uma abundante *elaboração* de energia psíquica e de reter em si próprio, acumular, condensar essa energia à medida que ela se elabora, aprovando-lhe consideravelmente o fluxo. Cria-se assim uma forte tensão de exteriorização que leva ao seu paroxismo a intensidade do querer, do desejo, dos sentimentos, aspirações, apetites e avidez. [1]

Quer se trate de transmitir uma mensagem mental a um colaborador capaz de passividade voluntária e receptiva, de sugestionar pelo pensamento um sujeito desperto em estado segundo, de provocar o sonambulismo artificial à distância ou de influir nas disposições morais de um terceiro, a imaginação metódica e precisa do resultado e a avidez de o obter constituem os dois fatores mais importantes do êxito.

---

(1) Esse último vocábulo é geralmente entendido numa acepção pejorativa. Utilizo-o aqui em sentido muito mais amplo. Existe avidez legítima que convém sentir e manifestar com vigor mental concentrado, se nos empenhamos, em meio à competição geral, em obter o que nos é devido. É preciso que o trabalho, o mérito, o valor intrínseco se acompanhem de uma avidez eqüitativa mas resoluta, se quiserem eles determinar sua justa distribuição.

A fim de dispor da reserva energética indispensável à objetivação cômoda das imagens e ao vigor propulsivo de sua emissão, é conveniente observar, no curso da vida cotidiana, certas regras que vou definir. Elas exigem um esforço atento de autodomínio. Realizar esse esforço é conquistar a prerrogativa de mover deliberadamente o agente sutil pelo qual a maioria dos seres são movidos: o pensamento.

Dirigir os pensamentos e reger-lhes os efeitos, em vez de submeter-se a uns e outros, tal é a possibilidade que abre o conhecimento das leis psíquicas. Depois de refletir no que elas implicam, ninguém hesitará.



# III

# INSTRUÇÕES PRÁTICAS GERAIS PARA INFLUENCIAR ALGUÉM SEM QUE ESTE O SAIBA

*Considerações preliminares. — Primeiras disposições a tomar. — Construção de imagens mentais. — Elaboração e condensação da energia psíquica. — Disponibilização. — Relacionamento. — Emissões. — Recuperação e repouso.*

## Considerações preliminares

A circunspecção, a seqüência nas idéias e a precisão do raciocínio parecem ser pouco freqüentes nos caracteres vibrantes, impetuosos e espontâneos. Inversamente, os espíritos circunspetos, prudentes, judiciosos e precisos raramente se fazem acompanhar de uma natureza ardente. Quanto aos raríssimos indivíduos que unem o rigor persistente do querer à definição minuciosa do que querem, nenhuma prática especial lhes é necessária para influenciar à distância. Eles o fazem inconscientemente porque, graças às suas felizes aptidões inatas, encontram-se espontaneamente nas condições exigidas para isso. A maior parte dos homens não pode alcançar, senão momentaneamente, através de um esforço metódico, as condições indispensáveis para comunicar, e sobretudo para impor, seu pensamento. Essencialmente, tal esforço visa, de uma parte, a elaboração refletida de imagens exatamente expressivas do que se quer sugerir, e de

outra parte, a disponibilidade de um potencial de energia psíquica suficiente para proporcionar emissões eficazes.

### Primeiras disposições a tomar

Quando se decidiu usar a ação à distância, impõe-se traçar um plano de trabalho minucioso e reunir todas as indicações suceptíveis de alguma utilidade.

No que concerne às tentativas de *comunicações combinadas*, de *sugestão mental sobre sujeitos em experiência* ou *consecução da hipnose por concentração do espírito*, reporte-se o leitor aos capítulos IV, V e VI onde todas as disposições a tomar, em cada uma dessas tentativas, estão expostas.

Quando se trata de afetar alguém, sem seu conhecimento, os preparativos devem ser considerados como base do êxito e realizados com o maior cuidado. Eis em que consistem:

1.º Examinar quanto tempo diário e qual o momento que se dispõe para trabalhar na atividade projetada. Menos de uma hora seria pouco. Duas horas constituem boa medida. Escolher de preferência as que precedem a de deitar-se.

Decidido esse primeiro ponto, começar, na ordem estabelecida adiante, a atender aos seguintes:

2.º Analisar atentamente a psicologia da individualidade sobre a qual se quer agir. Veremos, daqui a pouco, que, a cada emissão, é preciso representar-se mentalmente a imagem do sujeito para estabelecer o *contato*. Por imagem, entenda-se não só os contornos exteriores, a expressão do rosto, a atitude, o gesto mas também a noção viva da personalidade moral.

Quando se viveu mais ou menos no mesmo ambiente do sujeito, apelar-se-á, para inventariar-lhe as características, para as observações que ele tenha ensejado. Pode-se também submeter-lhe a escrita a um grafólogo,



mas seria enfrentar uma grande dificuldade procurar influenciar alguém imaginando-o ser de forma diversa da que é sobretudo se o que se quer obter dele necessitasse considerável modificação de suas disposições.

3.º Definir com exatidão a finalidade da atividade planejada, com todas as subseqüências. Dar-se conta das disposições morais em que o sujeito deveria estar para pensar ou agir como desejamos que o faça. Está ele muito longe de tê-las? Quais são as impressões, emoções e pensamentos que, se ele os experimentasse, o modificariam no sentido buscado?

4.º Tendo avaliado à distância entre as disposições atuais do sujeito aquelas em que seria mister ele estar para pensar e agir como se desejaria, considerar uma evolução gradual de umas para as outras.

5.º Materializar em imagens cinco ou dez etapas desta evolução. Exemplo: da animosidade à simpatia: *a*) atenuação ligeira da animosidade; *b*) atenuação quase total; *c*) indiferença; *d*) veleidades de simpatia; *e*) simpatia.

6.º Concentrar a atenção na primeira etapa. Tentar imaginar como estaria o sujeito se ele a tivesse percorrido. Procurar todas as considerações susceptíveis — uma vez a ele transmitidos telepsiquicamente — de transformar suas disposições presentes de conformidade com aquelas que caracterizam o fim da primeira etapa.

7.º Proceder do mesmo modo nas outras etapas.

8.º Destinar, no plano de trabalho, uma, duas, dez sessões à emissão das sugestões necessárias para a realização da primeira etapa, uma, duas, dez sessões para a realização da segunda, etc... Esta avaliação, aliás totalmente provisória, necessita certa prática e um pouco de sagacidade. Sua principal utilidade é construir uma representação completa da realização que se procura obter.

Tal trabalho exige reflexão. Longe de ocasionar um atraso, o tempo que se passa na meditação calma e recolhida de um plano constitui um começo de ação, uma, primeira e formal notificação mental, uma orientação de todas as aptidões que possuímos para um desígnio deliberado e claramente formulado.

Eis por que é preferível efetuar esta preparação sem ajuda. Um conselho esclarecido pode auxiliar consideravelmente o principiante a ordenar seus esforços, mas não poderia isentá-lo, sem inconvenientes, da concentração inaugural de seus meios psíquicos.

Estamos, certamente, em relação telepática contínua com todas as pessoas que conhecemos, mas tal relação afirma-se no rumo de cada um desde que nele pensemos longa e atentamente. A preparação que precede é importante sob esse ponto de vista. Quando nela nos aplicamos, a mútua receptividade do operador e do sujeito precisa-se. Assim o primeiro quase sempre percebe, durante o trabalho, vibrações provenientes da atividade mental do segundo, cuja intimidade psíquica torna-se-lhe, então, sensível. É assim que uma mãe pode perceber à distância as emoções, os tormentos, os sofrimentos do filho para o qual se orienta seu espírito.

## Edificação de imagens

Quatro espécies de imagens são principalmente necessárias para qualquer ação telepsíquica: a do sujeito, a da realização do que se deseja, a dos efeitos sucessivos que a ação deve desencadear, e, enfim, a do indivíduo que sente as impressões, emoções e idéias expressivas desses efeitos. Após o trabalho preliminar definido no parágrafo anterior, consagrar-se-á, então, certo número de sessões à edificação de imagens tão exatas e tão vivas quanto possível.

Para bem compreender em que consiste uma imagem satisfatória, é suficiente recordar nossas incursões familiares no domínio alucinado do sonho. Quando você sonha estar vendo um amigo, esse encontro imaginário



apresenta um tal cunho de realidade que produz em você a mesma impressão de uma entrevista material. Ora, as imagens necessárias na prática da telepsiquia devem, ainda que voluntariamente formadas, possuir o mesmo cunho de realidade e de persistência das imagens do sonho. Quando você quer agir sobre alguém, é preciso, primeiro, representá-lo para si. Em segundo lugar, deve imaginar o sujeito realizando o que você deseja. A primeira imagem é utilizada do começo ao fim de cada emissão; a segunda superpõe-se à primeira após evocação sucessiva de todas as imagens intermediárias, consideradas no parágrafo precedente.

Esta cinematografia cerebral nem sempre é improvisada com facilidade no próprio instante da emissão. Ademais, tem-se a tendência de deixá-la desviar-se em múltiplos incidentes. Donde a necessidade de exercitar-se, com cuidado, e antecipadamente; em compor toda a série de imagens expressivas do sujeito, de suas modificações progressivas, das idéias ou impressões que você julgue capazes de afetá-lo, enfim, da fase final, da realização do que se deseja.

No começo, a edificação é trabalhosa. As formas evocadas delineiam-se mal, falta-lhes conjunto, coesão, nitidez; desaparecendo logo que esboçadas. Mas quando persistimos atentamente e reiteramos com freqüência os anseios, não tarda a manifestar-se um progresso, e a facilidade se torna dia por dia maior. Pode você, aliás, exercitar-se, a título de preparação, em:

1.º Retratar, com a conformidade mais precisa possível com seu modelo, objetos bem simples a princípio, depois outros mais complexos.

2.º Prolongar a duração de cada representação.

## Elaboração e condensação de energia psíquica

O sangue constitui, por assim dizer, a matéria-prima de onde um mecanismo ainda obscuro elabora o

dinamismo nervoso, motor de todas as funções, especialmente da cerebral. Quando um sangue rico e puro irriga o cérebro, pensa-se ativa e fortemente. Daí a importância da alimentação, da respiração e da circulação, do ponto de vista que nos concerne. A dietética racional, a higiene respiratória e vascular impõem-se a todos os experimentadores. Considerando o organismo como gerador da força que se irradia no curso das emissões mentais, o equilíbrio fisiológico[1] manifesta-se como condição primordial de uma elaboração energética suficiente.

Uma coisa é elaborar, outra condensar, acumular o dinamismo nervoso para dele dispor nos momentos oportunos. Lembremos, em primeiro lugar, que a recarga de nossos acumuladores internos (os plexos) efetua-se durante o sono de cada noite. Quando o sono é normal, o despertar acompanha-se de uma sensação de perfeito bem-estar e de uma necessidade de atividade, pois os acumuladores fisiológicos, quando fortemente carregados, tendem a exteriorizar a energia que escondem e a tensão impele o indivíduo a consumi-la — útil ou desordenadamente. Portanto, dormir convenientemente[2] antes de tudo, também, durante a vigília, proibir-se todo gasto inútil: não só guardar-se da agitação e do esgotamento mas aplicar-se em reduzir ao mínimo o débito de energia nervosa exigida pela vida. Para isso, vigiar-se sem interrupção, agir unicamente *de modo refletivo,* reprimindo toda espontaneidade, toda expansividade. Pensamentos, palavras, gestos, ocupações cotidianas, tudo deve sofrer o critério constante de uma vigilância rigorosa que afastará o supérfluo e refreará a desordem.

Todo impulso para uma manifestação exterior, todo apelo interior a uma satisfação sensorial, emotiva

(1) Aliás, a prática da telepsiquia não se faz sem riscos para os deprimidos e doentes. Que eles procurem, antes de tudo, recuperar o vigor e a saúde.

(2) Ver *L'Insomnie vaincue* (Edições Dangles, Paris).



ou cerebral traduz um ímpeto do dinamismo nervoso que procura externar-se. Ceder ao impulso ou satisfazer o desejo é desperdiçar, sem proveito, essa energia, que, ao contrário, cumpre condensar. Cada vez que nos rendemos por leviandade ao comodismo, as reservas nervosas diminuem. Cada vez que reprimimos uma espontaneidade, retemos em nós uma unidade de energia que se junta à reserva já existente. A observância dessa noção elementar de educação psíquica[1] interessa fundamentalmente àqueles que desejam praticar com sucesso a ação à distância. É, aliás, o remédio por excelência para toda atonia física ou moral.

## Disponibilização

Conhece-se o efeito estimulante do chá, do café e do álcool tomados em doses razoáveis. Essas substâncias são comparáveis a cheques sacados sobre nosso próprio depósito de energia nervosa: subtraem do plexo uma parte da força que ali se encontra armazenada.

O dinamismo assim liberado revigora de imediato a economia. Em particular, aumenta momentaneamente a atividade cerebral.

Se o uso habitual dos excitantes contraria a condensação, seu uso excepcional pouco antes de uma emis-

(1) A Educação Psíquica tem por objeto:

1.º Colocar a sensibilidade, a impressionabilidade, a imaginação, os impulsos e instintos sob o controle do pensamento deliberado;

2.º Desenvolver a atenção, o discernimento, a memória e a energia volitiva;

3.º Instaurar e firmar aquela certeza conceitual e realizadora que constitui a confiança em si próprio;

4.º Taylorizar a elaboração e a gestão do dinamismo cerebral, de maneira a realizar em qualidade e quantidade o máximo de rendimento útil das aptidões e faculdades.

Ver sobre esse assunto a obra intitulada: *Le Pouvoir de la Volonté* (Edição Dangles, Paris).

dinamismo nervoso, motor de todas as funções, especialmente da cerebral. Quando um sangue rico e puro irriga o cérebro, pensa-se ativa e fortemente. Daí a importância da alimentação, da respiração e da circulação, do ponto de vista que nos concerne. A dietética racional, a higiene respiratória e vascular impõem-se a todos os experimentadores. Considerando o organismo como gerador da força que se irradia no curso das emissões mentais, o equilíbrio fisiológico [1] manifesta-se como condição primordial de uma elaboração energética suficiente.

Uma coisa é elaborar, outra condensar, acumular o dinamismo nervoso para dele dispor nos momentos oportunos. Lembremos, em primeiro lugar, que a recarga de nossos acumuladores internos (os plexos) efetua-se durante o sono de cada noite. Quando o sono é normal, o despertar acompanha-se de uma sensação de perfeito bem-estar e de uma necessidade de atividade, pois os acumuladores fisiológicos, quando fortemente carregados, tendem a exteriorizar a energia que escondem e a tensão impele o indivíduo a consumi-la — útil ou desordenadamente. Portanto, dormir convenientemente [2] antes de tudo, também, durante a vigília, proibir-se todo gasto inútil: não só guardar-se da agitação e do esgotamento mas aplicar-se em reduzir ao mínimo o débito de energia nervosa exigida pela vida. Para isso, vigiar-se sem interrupção, agir unicamente *de modo refletivo,* reprimindo toda espontaneidade, toda expansividade. Pensamentos, palavras, gestos, ocupações cotidianas, tudo deve sofrer o critério constante de uma vigilância rigorosa que afastará o supérfluo e refreará a desordem.

Todo impulso para uma manifestação exterior, todo apelo interior a uma satisfação sensorial, emotiva

(1) Aliás, a prática da telepsiquia não se faz sem riscos para os deprimidos e doentes. Que eles procurem, antes de tudo, recuperar o vigor e a saúde.

(2) Ver *L'Insomnie vaincue* (Edições Dangles, Paris).



ou cerebral traduz um ímpeto do dinamismo nervoso que procura externar-se. Ceder ao impulso ou satisfazer o desejo é desperdiçar, sem proveito, essa energia, que, ao contrário, cumpre condensar. Cada vez que nos rendemos por leviandade ao comodismo, as reservas nervosas diminuem. Cada vez que reprimimos uma espontaneidade, retemos em nós uma unidade de energia que se junta à reserva já existente. A observância dessa noção elementar de educação psíquica [1] interessa fundamentalmente àqueles que desejam praticar com sucesso a ação à distância. É, aliás, o remédio por excelência para toda atonia física ou moral.

### Disponibilização

Conhece-se o efeito estimulante do chá, do café e do álcool tomados em doses razoáveis. Essas substâncias são comparáveis a cheques sacados sobre nosso próprio depósito de energia nervosa: subtraem do plexo uma parte da força que ali se encontra armazenada.

O dinamismo assim liberado revigora de imediato a economia. Em particular, aumenta momentaneamente a atividade cerebral.

Se o uso habitual dos excitantes contraria a condensação, seu uso excepcional pouco antes de uma emis-

(1) A Educação Psíquica tem por objeto:

1.º Colocar a sensibilidade, a impressionabilidade, a imaginação, os impulsos e instintos sob o controle do pensamento deliberado;

2.º Desenvolver a atenção, o discernimento, a memória e a energia volitiva;

3.º Instaurar e firmar aquela certeza conceitual e realizadora que constitui a confiança em si próprio;

4.º Taylorizar a elaboração e a gestão do dinamismo cerebral, de maneira a realizar em qualidade e quantidade o máximo de rendimento útil das aptidões e faculdades.

Ver sobre esse assunto a obra intitulada: *Le Pouvoir de la Volonté* (Edição Dangles, Paris).

são, é indicado, pois, nesse caso, trata-se não mais de acumular energia mas de dispor do potencial que se guarda de reserva, de fazê-lo passar da estática à dinâmica, de deixá-lo afluir ao cérebro, que se nutrirá dele para vibrar intensamente. É o momento de provocar os mais potentes impulsos centrífugos, de emitir com vigor.

Logo depois de se ter absorvido o excitante escolhido, convém começar a orientar o pensamento para o objeto da emissão, rememorando todos os motivos de interesse que temos pelo resultado da ação à distância, evocando todas as imagens expressivas desses motivos.

Quando nos fixamos em que determinada pessoa manifesta esta ou aquela disposição, sentimos que isso se liga a duas ocasiões principais.

*A*. Quando a idéia, a imagem de uma das satisfações que se experimentaria se o desejo se realizasse nos vem ao espírito;

*B*. Quando a imaginação evoca qualquer uma das conseqüências desagradáveis da não-realização desse desejo.

No primeiro caso, sentimos ardentemente a que ponto nos apegamos ao que desejamos. No segundo, é de medo, de irritação, de revolta que vibramos.

Esses movimentos interiores, usualmente espontâneos, devem ser suscitados voluntariamente pela lembrança, no começo de cada sessão, a fim de levar a tensão volitiva ao paroxismo. Se tememos encontrar, nesse momento, a memória rebelde ou imcompleta, será bom, durante as horas que precedem a emissão, anotar, a cada momento em que surjam, as imagens *A* e *B*. Pôr-nos-emos, assim em condições de reconstituí-las, na hora da emissão, com a ajuda dos apontamentos já tomados. Cada evocação de impressão assim obtida contribuirá para exaltar o espírito, para desencadear, do mais profundo da consciência, poderosos impulsos volitivos e dominadores.



No decorrer do trabalho preliminar será, pois, proveitoso pesquisar e anotar todas as considerações suscetíveis de produzir imagens do tipo *A* e do tipo *B*. Tal pesquisa necessita de uma série de meditações especiais que orientamos retraçando a exposição do caso e depois calculando sucessivamente todos os aspectos que os acontecimentos possam tomar.

**A relação**

As diversas práticas acima ditas contribuem para estabelecer uma relação psíquica particular entre operador e sujeito. Na minha opinião, esse contato torna-se integral desde que o experimentador tenha formado a imagem mental do sujeito. Em cada sessão, assim que a disponibilização se complete, é hora de precisar essa imagem, de evocar todas as impressões dispensadas pela presença real do sujeito, de no-lo representar de maneira viva, ativa. O estado de ardor cerebral em que previamente nos colocamos, facilita a formação das imagens e lhes empresta um relevo, um colorido, uma animação que impõe-se terem sido vividas para fazermos idéias. A penumbra e o silêncio favorecem esse trabalho. Algumas pessoas recomendam que a ele nos abandonemos durante as horas em que sabemos que o sujeito dorme. Sem estar muito convencido da importância de tal momento, minha opinião é a de que não se deve negligenciar nada e que o sono pode aumentar a receptividade. A ação mental me parece, todavia, afetar o subconsciente receptivo tanto no decorrer da vigília como durante o sono; depois, por intermédio deste último, reagir sobre o consciente. Se minha hipótese é exata, pode-se sugestionar mentalmente alguém, tanto num momento quanto no outro. Estou experimentalmente certo de que, a qualquer hora, *desde o instante em que a nítida imagem de um ser aparece na tela de vossa imaginação, tudo o que pensaríeis durante essa comparecência o influenciará apreciavelmente.* Emprego o verbo "comparecer" de propósito, pois, ao formar a imagem abdutiva, convoca-se realmente um substrato in-

visível do sujeito que vem expor-se no campo de ação do evocador.[1]

Lê-se, nas antigas glosas, que, para influenciar alguém, basta fixar-lhe a fotografia. Isso ainda se pratica. Uma foto não cria, todavia, nenhuma relação; ela pode, quando muito, ajudar a memória no decorrer da formação das imagens. Somente um negativo de gelatina, impressionado pela pose e conservado em caixa fechada, poderia constituir base secundária de conexão por causa da impregnação magnética de revestimento. Do mesmo modo, todos os objetos saturados pelo influxo nervoso de um indivíduo são outros tantos focos de irradiação, fluidicamente ligados à sua fonte primitiva. Donde a estatueta dos feiticeiros e mil outras receitas muito menos tolas do que parecem, das quais as coletâneas de magia evocativa estão cheias. Na prática, aconselho, para tirar partido de tudo:

— Reunir diversos objetos provenientes do sujeito (cartas, especialmente) e repartir o conjunto em dois pacotes, um de dimensões reduzidas, que a pessoa poderá trazer consigo e outro que segurará na mão no momento de cada emissão.

É difícil avaliar a medida em que esse procedimento é eficaz, mas, em vista de sua simplicidade, mais vale utilizá-lo.

### A emissão

As duas fases anteriores — disponibilização e relação — encadeiam-se e concorrem para formar um estado de veemência volitiva em favor do qual cada movimento psíquico propicia uma irradiação intensa. A imagem primitiva (a da relação) deve ser então diversificada conforme o que se deseje. Imagina-se o sujeito realizan-

(1) Ver o capítulo XII e, para mais amplas indicações, minha obra *Science Occulte et Magie Pratique* (Edições Dangles, Paris).



do aquilo que procuramos sugerir-lhe, sentindo as impressões e admitindo as idéias suscetíveis de incliná-lo a tal realização. Não se deve considerar nunca a coerção, mas sempre o consentimento deliberado. É à representação do sujeito que sente espontaneamente o desejo de conformar-se ao que se deseja que cumpre recorrer. Suponde o que se passaria se ele sentisse um irresistível impulso pessoal de vos agradar e desejai que isso se realize.

Como tentei fazer-vos compreender, nos capítulos anteriores, as imagens desse modo criadas precisam as intenções do operador; sua transferência, porém, e, uma vez transferidas, sua potência elaboradora das disposições que elas exigem dependem de um vigoroso impulso interior que poderia ser expresso por: "Eu quero que seja assim."

Não esqueçamos que o plano de cada sessão deve ser estabelecido antecipadamente, a fim de evitar a dispersão e os incidentes. Não esqueçamos tampouco, que há motivos, nos casos subjetivos, de esperar modificações graduais e não uma finalização instantânea.[1] No começo de cada emissão, depois da evocação da imagem-relação, pode-se fixar alguns minutos a atenção do sujeito na representação final, pensando:

"Eis o que quero! Eis o que acontecerá! Eis o que estou prestes a impor!" Mas é preciso voltar logo ao presente, imaginar as disposições atuais do sujeito e sugerir-lhe ligeiras divergências, que acentuaremos em seguida, mais e mais.

Todo praticante do hipnotismo sensorial e verbal acostumado a provocar sonambulismo e manejar a sugestão tirará partido útil de seus conhecimentos agindo, por representação de procedimentos da hipnotização, sobre a imagem-relação. Ao imaginar-se na presença do

(1) Ver meu *Méthode Pratique de Magnetisme, Hipnotisme, Suggestion* (Edições Dangles, Paris).

sujeito, ele o verá sentado à sua frente sofrendo as impressões que levam à hipnose. Quando se chega à imagem de tal estado, fornecem-se ao sujeito sugestões literais, como na realidade, emprestando-lhe a atitude que ele adotaria se as registrasse passivamente.

Aqueles, a quem os procedimentos hipnóticos não são familiares, limitar-se-ão a evocar a imagem do sujeito, sentado e atento; depois, a endereçar-lhe mentalmente todas as palavras susceptíveis de comovê-lo, de convencê-lo, sem omitir as de vê-lo compreender e consentir.

### Duração e freqüência das emissões

Em princípio tem-se vantagem em prolongar cada emissão até o momento em que, por esgotamento das disponibilidades energéticas, a exaltação se acalma e decai. A duração de uma sessão deveria medir-se na razão inversa do vigor emissivo de que se é capaz. Quando a pessoa se propõe vencer uma dificuldade considerável, o máximo compatível com o psiquismo médio é uma sessão diária de duas horas.

### Recuperação — Repouso cerebral

Logo que termina uma emissão, duas prescrições impõem-se ao experimentador. Primeiro, cessar completamente de pensar no sujeito e nas preocupações ligadas a ele. Tal aplicação da *mudança voluntária de orientação psíquica*, da qual já falei em *O Poder da Vontade*, é indispensável para evitar a obsessão. Em seguida, procurar um repouso perfeito dos nervos e do cérebro, dedicando-se a algum passatempo sadio. O melhor seria dormir profunda e longamente. Eis por que aconselhei a escolha das duas horas anteriores ao deitar-se.

Como a atividade cerebral empregada durante cada sessão ocasiona uma combustão enorme de células, é útil facilitar-lhe a eliminação usando água diurética, em pequenas doses repetidas, antes de entregar-se ao sono.



Segunda Parte

# PRODUÇÃO DE FENÔMENOS EM SUJEITOS DE EXPERIÊNCIA

# IV

# AS COMUNICAÇÕES COMBINADAS

*Condições de experimentação: A. O emissor. — B. O percipiente. — A relação. — As imagens. — Os impulsos musculares. — As comunicações emotivas. — As transmissões literais.*

## Condições de experimentação — A. O emissor

*Os fenômenos psíquicos de processo lento,* do mesmo modo que a imposição do pensamento, cuja técnica expusemos no capítulo III, *dependem sobretudo das qualidades da emissão.* Se o sujeito é facilmente influenciável, o operador chega aos seus propósitos em um pequeno número de sessões; em caso contrário, estas devem ser reiteradas mais longamente, mas, com o tempo, um sugestionador hábil, enérgico e sutil conseguirá, inevitavelmente, influir em qualquer pessoa.

Na pesquisa dos *fenômenos instantâneos, o êxito das experiências depende principalmente da sensibilidade do percipiente* [1]. Ao emissor é suficiente um esforço de atenção — quase análogo ao que se realiza cada vez que nos propomos a compreender alguma coisa embaraçosa — e de um pouco de método. O hábito de fixar o pensa-

(1) Entre os especialistas, nenhum parece, até aqui, ter-se dado conta da distinção entre fenômenos *progressivos* e fenômenos *instantâneos.* É, sem dúvida, porque alguns declaram que unicamente os *sujeitos* — compreendei, os predispostos — são acessíveis à sugestão mental.

mento em imagens precisas e duradouras, o desejo de comunicá-lo facilitam sempre a tarefa do transmissor, mas a virtuosidade e ardor deste último não suprirão a insuficiência das disposições receptivas do sujeito. Um percipiente sensível e adestrado apreende, detecta, ao contrário, emissões muito fracas.

## B. O percipiente

As pessoas ativas, obstinadas, realizadoras estão mais bem qualificadas para emitir que para receber. Entre dois indivíduos desejosos de experimentar, é ao mais contemplativo que deverá caber o papel de percipiente. Ter-se-á em conta, por outro lado, que a simpatia, a analogia de cultura e a equivalência de perspicácia intelectual favorecem as comunicações de pensamentos.

O que melhor prepara para a recepção de ondas telepsíquicas é o exercício chamado "isolamento", indicado na maior parte dos manuais de educação da vontade [1] — pois é essencial à instauração do hábito de dirigir o pensamento. Esse exercício consiste em rarefazer, depois em suspender a atividade intelectual. Ora, a percipiência necessita de aptidão para um profundo recolhimento expectativo, aptidão que o exercício em questão desenvolve rapidamente.

## A relação

Os dois interessados [2] combinarão os dias e as horas em que deverão realizar-se os ensaios e os situarão em

(1) Ver a obra *Le Pouvoir de la volonté* (Edições Dangles). A obra constitui, por assim dizer, o ensino elementar da questão cujo grau superior tratamos aqui. Nela encontramos o método pormenorizado para o incremento das energias psíquicas e o fortalecimento da vontade.

(2) Pode haver vários percipientes que se esforcem, cada qual, por captar o pensamento do operador. Eu desaconselho esse método, pois a reação simultânea com diferentes sujeitos estabelece-se penosa e defeituosamente.



momentos nos quais um e outro tenham todo o tempo para isolar-se no silêncio, sem risco de interrupção.

O objetivo de cada ensaio será deixado à iniciativa do emissor, que especificará, todavia, a espécie de imagens a transmitir: visuais, auditivas, etc... Um quarto de hora deverá ser reservado, no começo de cada sessão, para estabelecer o contato telepsíquico. Segundo a duração da sessão, ensaiar-se-á uma, duas, três transmissões, à razão de uma por quarto de hora.

No momento de colocar-se em telecontato, os dois interessados terão, um e outro, interesse em procurar uma posição confortável onde o bem-estar orgânico confine com a incorporeidade. Cada um conservará somente uma luz difusa posta atrás de si.

Durante mais ou menos cinco minutos, cuidar unicamente de alcançar um repouso muscular, uma passividade nervosa completa.

Em segundo lugar, o emissor evocará mentalmente a imagem do percipiente. Por seu lado, este último recolher-se-á, cessará de pensar ativamente, suspenderá toda espontaneidade imaginativa a fim de permanecer na mais completa expectativa psíquica. Chamamos a esse estado de *vazio mental.*

A título de indicação complementar, creio dever dizer aqui que certos experimentadores preconizaram, para estabelecer a relação, o emprego de uma fórmula convencionada que os dois interessados deveriam, um e outro, recitar interiormente na hora prevista para os ensaios ou de uma figura, que contemplariam alguns instantes. Isso fica por experimentar. Pessoalmente, atenho-me à evocação da imagem, que sempre me tem dado excelentes resultados. Aliás, quando o emissor sente-se *muito animado* intelectualmente, sua intenção pura e simples basta para contatá-lo com o sujeito.

## As imagens a transmitir

As cores e as formas comunicam-se muito facilmente, a seguir vêm: sons [1], odores, sabores, sensações táteis, impressões musculares, estados emotivos [2], e as fórmulas gerais. Eis aqui as diretivas a observar em cada grupo.

### A. — Cores e formas

*Progressão*: Uma mancha colorida de contornos suaves sobre fundo branco; uma figura simples, livremente traçada em negro sobre fundo claro (triângulo, círculo, hexágono, coração, letra maiúscula, etc.); uma figura simples colorida (coração vermelho, triângulo verde, etc...); uma figura complexa colorida (carta de baralho, palavra escrita com letras grossas coloridas, objeto usual com seus tons).

*Emissor*: Ele contemplará atentamente um modelo material, preparado antecipadamente, daquilo que deseje transmitir; depois, fechando os olhos, construirá a imagem mental. Imaginará, enfim, o sujeito vendo aparecer essa imagem. A duração conveniente para cada uma dessas três operações é de três a cinco minutos.

*Percipiente*: Ele terá diante dos olhos uma tela branca, tingida levemente, iluminada uniformemente por meia-luz e deixará seu olhar errar tranqüilamente, *indiferentemente*, por essa tela. Se várias impressões lhe vierem, ele notá-las-á passivamente, tendo em conta se uma ou outra lhe parecem mais intensa. De vez em quando, fechará lentamente os olhos e os reabrirá, sempre lentamente, ao fim de alguns segundos.

---

(1) Dois operadores auditivos alcançarão êxito facilmente na teleaudição; dois visuais, na televisão.

(2) Compreendei estados emotivos improvisados. As emoções reais transmitem-se mais depressa e melhor que qualquer coisa.



### B. — Som

*Progressão*: Um som ritmado e contínuo (exemplo: campainha de despertador); uma série de barulhos violentos (detonações, pancadas de gongo); um arpejo; um contorno melódico breve e preciso (exemplo: *Leitmotiv* da espada); uma ordem brusca (levantai-vos! — atenção!); uma frase curta e expressiva.

*Emissor*: A audição real do que queira transmitir o ajudará consideravelmente, sobretudo no começo. Ele visualizará o percipiente, imaginando que este último está presente e parece ouvir. À falta de audição real, os recursos auto-alucinatórios podem, por si, bastar.

*Percipiente*: Para a recepção de sons, é preferível a obscuridade opaca. O silêncio impõe-se, sem dúvida. O percipiente, sentado ou deitado, poderá deixar-se levar por ligeira sonolência.

### C. — Olfações e sabores

Proceder de maneira análoga à precedente. Quanto mais forte um cheiro ou um sabor, mais facilmente é transmitido. O emissor será sempre auxiliado pelo emprego real de seus sentidos. Como anteriormente, a imagem do sujeito e o fato de imaginá-lo recebendo a emissão são indispensáveis.

### D. — Sensações táteis

*Progressão*: Picada de alfinete, contato gelado, ligeira corrente de ar, aplicação das mãos, impressão de ser empurrado para trás pelos ombros.

*Emissor*: Usará, como queira, um ou outro dos dois procedimentos que se seguem:

— Submeter-se, ele próprio, à causa real da sensação a ser transmitida, imaginando ver o sujeito sentindo-a ao mesmo tempo que ele.

— Imaginar o sujeito presente e agir sobre esse fantasma.

*Percipiente*: Sempre passivo, cuidará de afastar de si toda fonte de impressão suscetível real de induzi-lo a erro.

### E. — Impulsos musculares

*Progressão*: (O sujeito fica sempre sentado no começo da sessão.) Movimentos simples: erguer-se, levantar um braço, mexer uma perna, etc., movimentação: levantar-se e avançar, ir para a direita ou para a esquerda, voltar, numa palavra, descrever trajetória definida; atos simples: apanhar um objeto, deslocá-lo, deixá-lo cair; atos complexos: fumar, escrever, tocar um instrumento musical, etc...

*Emissor*: Uma ordem ficaria, por si só sem efeito em 90% dos casos. É em imagens que convém formular as sugestões. Vede (na imaginação) o sujeito levantar-se e segui o resultado dos movimentos sugeridos. Assim, para comunicar o impulso de andar é preciso, pelo pensamento, animar alternativamente as pernas do percipiente. Cada gesto deve ser visualizado lentamente em toda sua extensão, de quatro a vinte vezes seguidas.

*Percipiente*: Deverá sentar-se no começo da sessão. Meia-luz, a fim de evitar os choques.

### F. — Estados emotivos

Como creio ter conseguido fazê-los compreender, a emoção constitui a chave das ações à distância. Espontânea, ela comunica-se por si mesma e acarreta, às vezes, de improviso, um fenômeno de percipiência integral. Vimos, no capítulo anterior, por que e como é útil desencadear em si próprio impulsos emotivos quando queremos impor o pensamento. Aqui, trata-se de comunicar estados que a pessoa imagina mas que não experimenta necessariamente. Os praticantes treinados em auto-sugestão, que aprenderam a fazer com que a imaginação reagisse neles próprios, saberão tirar partido dessa aquisição e colocar-se, evocando-o, neste ou naquele estado emocional. Dois métodos se oferecem ao experimentador:



— Imaginar que se experimenta uma emoção qualquer e que o percipiente tem consciência disso;

— Imaginar que o percipiente experimenta essa emoção e tratar de emocionar-se, o próprio experimentador, com tal representação.

Não há nada a considerar na progressão. Todo estado afetivo, nitidamente representado, pode comunicar-se tão bem quanto qualquer outro. O emissor avaliará, ele próprio, conforme sua própria psicologia e a do percipiente, quais estados melhor convêm.

### G. — Transmissões literais

Transmitir uma frase ou ordem literalmente, sem ajuda de um impulso emotivo, é coisa que necessita de concentração atenta, exemplar, e, por outro lado, de percipiência aguda. Há exceções a essa regra — ao menos exceções aparentes. Constatei, em alguns raros indivíduos, uma estranha facilidade de sugestão literal, mesmo em pessoas não-prevenidas. Assim, um de meus alunos que, sem entusiasmo, na véspera de uma entrevista sugeriu a um amigo — sem que este soubesse — que lhe endereçasse uma determinada proposta, ouvi-o efetivamente propor o que ele tinha desejado e nos termos que havia sugerido.

O procedimento mais racional consiste em escrever a fórmula a comunicar, em letra firme, clara, resoluta, num papel claro, em expor esse papel aos raios de uma lâmpada forte e em repetir os termos, seguindo-os com o olhar, enunciando-os mentalmente, imaginando-lhes a assonância, exprimindo-os a seguir sob forma de imagens, mas com a idéia persistente de que o sujeito compreende, consente. É preciso ver este último dar sinais de aquiescência, imaginá-lo presente e atento, compreendendo de imediato.

O percipiente utilizará uma tela clara, como para a recepção de imagens. Se o sentido da frase for emocionante, isto será um elemento de êxito muito apreciável.

# V

# A SUGESTÃO MENTAL EM SUJEITOS DE EXPERIÊNCIA DESPERTOS OU PREVIAMENTE HIPNOTIZADOS

*Treinamento dos sujeitos. — O estado de vigília. — O cumberlandismo, sua técnica e papel educativo. — A sugestão mental sem contato. — O estado de hipnose. — Concepção verdadeira dos estados segundos. — Procedimento de hipnotização. — Como a sugestão favorece a percipiência. — Indicações práticas.*

Quando se trabalha em casa com sujeitos presentes e que se pode repetir os ensaios, é possível treinar esses sujeitos, desenvolvendo-lhes a percipiência, seja em estado de vigília, por um procedimento que vou descrever, seja em estado de hipnose através de sugestões mentais reiteradas.

## O estado de vigília

*Treinamento da passividade mental pelos procedimentos de Cumberland.* — Este procedimento baseia-se nas inevitáveis manifestações musculares produzidas pelo pensamento. Segurai o pulso de uma pessoa que pensará intensamente em fazer-vos um movimento qualquer: percebereis, com um pouco de atenção, um impulso que o braço dela recebe do cérebro e transmite à vossa mão. Alguns experimentadores, virtuosos nessa *leitura muscular*, chegam a simular com seu auxílio a

*leitura de pensamentos.* Eles vos pedem que lhes ordene mentalmente uma ação, seguram-vos o pulso e interpretam, com bastante habilidade, vossos estremecimentos para executar, guiados por vós mesmos, o ato exigido. Para que isso tenha êxito, é preciso saber desviar a atenção das impressões exteriores, dos encadeamentos de idéias que tendem a prosseguir no espírito, dos cálculos, que a imaginação naturalmente faz: em suma, é preciso colocar-se a pessoa numa condição eidéica [*aïdéique*], realizar o que as escolas psíquicas orientais chamam de *noite mental.*

O cumberlandismo permite, pois, exercitar um sujeito em tornar-se passivo, em interromper a atividade intelectual, o que lhe aguça consideravelmente a percipiência relativa às sugestões mentais sem contato. Eis por que utilizo e aconselho esse procedimento conhecido pelo nome de seu inventor — e do qual se segue a técnica pormenorizada:

1.º Escolher, no local em que se opera, um lugar onde o experimentador se colocará com o sujeito em cada ensaio. Esse será o ponto de partida de todas as trajetórias que lhe serão sugeridas posteriormente.

2.º Imaginai uma ação a ser realizada pelo sujeito. No começo, será alguma coisa simples, por exemplo: ir à peça vizinha, pegar ali um objeto e colocá-lo sobre uma cadeira.

3.º Decompondo esse ato em tantos movimentos parciais quantos sejam necessários para realizá-lo. Exemplo: andar em direção à porta, — voltar-se para ela, — levantar o braço, — estendê-lo para a maçaneta da porta, — segurá-la, — girá-la, — puxar (ou empurrar), — entrar no aposento onde se encontra o objeto a apanhar, — avançar até esse lugar, — parar, — erguer o braço, — pegar o objeto, — retirar o braço, — voltar-se para a cadeira, — andar em direção a ela, — depositar nela o objeto.



4.º Pedi ao sujeito para segurar-vos o pulso direito com a mão esquerda, bem firme;

5.º Concentrai vossa atenção no primeiro dos movimentos a sugerir (andar). Imaginai ver o sujeito avançar uma perna, depois a outra. Insisti nessa representação até que ela parta. Continuai a empurrá-lo, pelo pensamento, acompanhando-o. (Ele deve conduzir-vos, andar adiante de vós, o que, na presença de profanos, cria de fato a ilusão de uma leitura de pensamentos.) Quando se concluir a execução da primeira ordem, dai-lhe a segunda, sempre sob a forma de imagem acompanhada de uma ordem mental enérgica;

6.º Se ele enganar-se, vede-o interromper o movimento errôneo, ordenando-lhe: "Pare!". Quando ele parar, retomai a sugestão no ponto em que a houverdes deixado;

7.º Acompanhando a série de sugestões parciais, assegurareis a execução integral da ação desejada.

Com o hábito, chega-se a obter realização dos atos mais complexos, com uma rapidez surpreendente. Isso poderia servir de jogo de salão ou mesmo de atração em sala de espetáculo. Do ponto de vista em que aqui nos colocamos, o procedimento de Cumberland predispõe o sujeito e o operador à sugestão mental sem contato, porquanto, se ele desenvolver a percipiência do primeiro, adestrará ao mesmo tempo o segundo na concentração de pensamento.

*Experimentação sem contato.* — Convém escolher um sujeito para o qual o método de Cumberland seja familiar e um momento em que esse sujeito pareça estar bem disposto. O objeto das tentativas é quase indiferente, mas aconselho começar sempre por uma ou outra destas duas experiências:

I. — Disponde, em duas ou três mesas, vinte, trinta objetos. Procedei de início com contato até que o sujeito chegue diante da mesa onde se encontra o objeto que

vós especificais mentalmente. Aí, cessai o contato e prosegui vosso esforço sugestivo. O percipiente não deverá apressar-se, mas esperar um impulso bastante nítido. Será preciso dizer que, nesta experiência como nas precedentes, o emissor exprimirá sugestões em imagens? Se ele quiser, na véspera ou mesmo alguns dias antes, consagrar algum tempo ao estudo do objeto, a fim de construir uma imagem bem precisa, a experiência só poderá ser melhor sucedida.

II. — Vendai os olhos do sujeito e, colocando-vos atrás dele, esforçai-vos por obter alguns movimentos ali mesmo: erguer um braço, mexer a cabeça, etc... A seguir, fazei-o descrever uma trajetória bem determinada. Todos os ensaios do capítulo IV (comunicação concentrada) podem naturalmente ser praticados com sujeito treinado, como acabamos de ver.

### O estado de hipnose

Surpreenderei, sem dúvida, mais de um dos meus leitores — em particular aqueles, bem numerosos, que obtiveram e estudaram os fenômenos descritos em meu *Método Científico Moderno de Magnetismo, Hipnotismo, Sugestão* — se lhes disser que a realidade dos estados de hipnose é posta em dúvida, até mesmo negada, por homens cujos títulos lhes conferem a maior alta autoridade. Esses homens sagazes discerniram o caráter simplista das teorias de Braid, a excessiva rigidez das de Charcot, a imprecisão das doutrinas de Liébeault e as imaginações assaz abundantemente mescladas ao sistema dos magnetistas. Em seguida, gravemente, *jogaram fora o bebê com a água da bacia.* Julgando inoportuno o longo dispêndio de tempo e esforços indispensável a quem queira dedicar-se a freqüentes ensaios de obtenção de *estados psíquicos particulares*, outrora rotulados "hipnose" [1], os doutos negadores em questão não poderiam gabar-se de um critério experimental suficiente. A este *só* deverão recorrer aqueles que se empenham em saber.

Experimentai as manobras hipnóticas em cem indivíduos quaisquer. Vós não observareis, talvez, em nenhum deles, os famosos *estados clássicos* [1] (catalepsia, sonambulismo e letargia) — produtos da conjunção de um terreno nervoso especial, de um procedimento singular e da influência doutrinal da Salpêtrière — mas, na certa, estranhas modificações momentâneas da condição psíquica normal dos sujeitos. Entre essas modificações, figurarão, em cerca de 20% dos casos, a inconsciência e o grau de sugestibilidade que permite suprimir a sensibilidade e impressionar o sistema nervoso ao ponto de ativar ou diminuir instantaneamente qualquer função.

Vós constatareis não um estado fixo, condicionado sempre do mesmo modo, mas tantas hipnoses diferentes quantos sejam os sujeitos afetados.

Essa diversidade, feita certamente para confundir quem não tenha posto à prova um grande número de sujeitos, essa inconsistência que perturba o julgamento de alguns ilustres neurologistas e psiquiatras não escapou a nenhum dos que, tendo feito do hipnotismo o principal empreendimento de suas vidas, praticaram-no assiduamente e tornaram-se verdadeiros mestres. Donato [2] assinalava, numa obra publicada em 1882 [3], a fugacidade das características clássicas da hipnose. Alexandre

---

(1) Ainda que esses estados raramente apresentem, com o sono, a analogia implicada na escolha do vocábulo *hupnos.*

(1) Estados clássicos que os manuais preparatórios de doutoramento em Medicina descrevem em pormenor, ainda que as teorias hipnóticas de Charcot estejam hoje oficialmente desaprovadas.

(2) Alfred, Barão d'Hont, chamado Donato, morto em Paris em 1900 e cujo nome tornou-se designação comum a um certo número de imitadores.

(3) *La Fascination Magnétique*, por Calvailhon, prefácio de Donato, Paris 1882, Dantu editor.

Lapôtre [1] analisa-a em uma de suas obras [2]. Eu mesmo a indiquei no meu primeiro trabalho, um modesto opúsculo publicado em 1909. [3]

A digressão precedente pareceu-me um preâmbulo útil à exposição dos procedimentos que aconselho para provocar a hipnose, pois ela explica a diretiva essencial a toda tentativa hipnótica: não contar com uma espécie de desencadeamento após a qual o sujeito fica reduzido ao estado de autômato passivo e inconsciente, mas procurar *uma alteração mais ou menos acentuada da atividade psíquica consciente,* sobrevinda paralelamente a uma extensão da atividade psíquica subconsciente. Esta última extensão comporta a da percipiência de sugestões mentais. Daí o interesse pela hipnose do ponto de vista dos fenômenos tratados neste livro.

*Procedimentos para provocar um estado de hipnose.* — Não vos preocupeis com idade, sexo, grau de vigor físico [4] ou qualificações intelectuais do sujeito. A aptidão para os estados segundos depende de um ou vários elementos mal definidos que não excluem nenhuma característica apreciável [5]. Fazei vosso colaborador eventual sentar-se diante de vós e da iluminação, à qual voltareis as costas.

---

(1) Célebre vulgarizador que bem mereceu o título de o Maior Hipnotizador Francês por dar, quase todas as noites, durante 25 anos, demonstrações de hipnotismo rigorosamente leais.

(2) *Méthode Pratique d'Hypnotisme,* 2.ª edição, Paris, 1924, Le Soudier editor. Prefácio do Dr. H. Jean. Notas do Dr. Jely.

(3) *Hypnotisme et Suggestion,* Paris, 1909. Eichler editor.

(4) Valerá a pena excluir: 1.º os epiléticos; 2.º os histéricos; 3.º os cardíacos; 4.º os candidatos à paralisia ou aqueles que a tiveram; não que haja o menor perigo, mas se acontecesse ao doente, pouco depois da hipnotização, qualquer desordem consecutiva ao seu estado, não faltaria quem a imputasse ao experimentador.

(5) Para os sinais reveladores de sujeitos fáceis de hipnotizar, ver meu *Méthode Pratique de Magnétisme, Hypnotisme, Suggestion* (Edições Dangles, Paris).



1.º Apertai, entre vossas mãos, os dedos polegar do sujeito. Convidai-o a olhar-vos. Dirigi e mantende vosso olhar no ponto eqüidistante dos bordos internos de seus olhos. Pensai atentamente que ele vai dar sinais de fadiga ocular. Continuai até que o reflexo palpebral se acelere consideravelmente. Se isso não se produzir ao cabo de cinco minutos, passai assim mesmo à segunda manobra.

2.º Apresentai, diante dos olhos do sujeito, a dez centímetros mais ou menos, uma haste de madeira ou metal, de ponta esférica ou ao menos arredondada. Convidai o indivíduo a fixar a convexidade e a acompanhar-lhe os movimentos. Fazei a haste descrever, no ponto em que fixou, muito lentamente, uma ciclóide descendente, deslocando o ponto central cerca de um milímetro cada vez. Ao mesmo tempo, dizei, com voz clara e pausada, bastante baixa: "Suas pálpebras estão ficando pesadas, entorpecidas. Você sente um formigamento nos olhos, um peso cada vez maior nas pálpebras. Você vê como que através de uma névoa, de um véu. Sua cabeça se entorpece. Sua vista fica confusa. Seus olhos se fecham...". Reiterai essas sugestões até que a oclusão dos olhos seja obtida.

3.º Colocai-vos atrás dele. Aplicai vossas mãos lateralmente contra a sua face, à altura dos olhos, os dedos médios ligeiramente apoiados nos globos oculares. Sugeri o entorpecimento da cabeça: "Sua cabeça se torna pesada, cada vez mais pesada, mais pesada. Ela pesa como chumbo..." Insisti até que a cabeça se incline sobre o peito.

4.º Colocai-vos de novo em frente do sujeito. Ponde as mãos espalmadas sobre sua cabeça, os polegares unidos no meio da linha de implantação dos cabelos. Descrevei, sem cessar, num ritmo constante, fricções em semicírculo, tangencialmente às sobrancelhas, com as extremidades dos vossos polegares sobre a fronte dele.

Afirmai a vinda do sono [1]: "Agora você tem sono. Sente que vai adormecer. Tem um desejo irresistível de dormir. O sono toma conta de você, invade-o. Você sente como que um entorpecimento geral. Você dorme. Dorme cada vez mais profundamente. Tudo fica escuro, cada palavra minha o faz dormir mais profundamente. Sono... sono... sono profundo... Você está adormecido, tão adormecido que quando eu disser sete você cairá no sono mais profundo." Contai lentamente até sete.

5.º Comprimi bem firmemente a raiz do nariz e o alto da cabeça do sujeito e dizei, articulando bem distintamente: "Durma, durma, você dorme. A cada segundo você dormirá mais profundamente. Nada poderá despertá-lo antes que eu queira. Sono cada vez mais profundo. Adormeceu. Durma!"

Baixai a luz. Levantai delicadamente uma das pálpebras do sujeito. Se o globo ocular estiver alterado, ou se a pupila dilatada ou apreciavelmente contraída, a condição psíquica do sujeito modificou-se. Ela difere da condição normal, no sentido indicado na página 56, linhas 8 e seguintes. Podeis ensaiar as diversas provas usadas para apreciar o grau de hipnose: anestesia sugerida, contraturas sinérgicas, indiferença à olfatação de amoníaco, etc... [2]. Dando ao sujeito duas ou três ordens verbais, julgar-lhe-eis a passividade. Seja como for, dai-lhe muitas vezes as seguintes sugestões: "Você não pense em nada. Parou de pensar. Só pode pensar o que eu lhe sugerir verbal ou mentalmente. Vou concentrar minha vontade em diversas imagens, em diferentes

(1) Somente depois de haver obtido: *a*) a fadiga ocular, *b*) a oclusão dos olhos, *c*) o entorpecimento da cabeça, é que se deve sugerir o sono. A maior parte das pessoas tem medo de perder a consciência e reage inconscienteemnte contra os efeitos hipnóticos à simples menção da palavra sono. Depois de estar bem entorpecidas, elas reagirão muito menos.

(2) Ver sobre esse assunto meu *Méthode Pratique de Magnétisme, Hypnotisme, Suggestion.* Encontrar-se-ão aliás, ali outros processos de hipnotização.



idéias que se comunicarão ao seu espírito e chamarão a sua atenção".

Feito isso, os ensaios de comunicação de pensamento ou de sugestão mental poderão começar, seja conforme os dados do capítulo IV, seja segundo os deste capítulo, no que concerne à experimentação em estado de vigília.

Guardai-vos de duvidar da vossa aptidão ou de crer extraordinária a obtenção de tais mainfestações. Os principiantes têm, aliás freqüentemente, a boa sorte de encontrar, desde seu primeiro ensaio, sujeitos muito dotados, muito sensíveis. Direi mesmo que muitos obtiveram êxito na primeira vez, sob meus olhos, e conseguiram manifestações exatas e instantâneas.

Três a cinco minutos de ação são geralmente necessários para que o fenômeno se produza. Mas acontece de a emissão mental do operador agir desde o primeiro segundo.

Uma última palavra: evitai operar com mais de dois ou três assistentes, sobretudo no começo, ou com um novo sujeito, e obtende das pessoas presentes um silêncio recolhido.

# VI

# A HIPNOSE PELA AÇÃO MENTAL

*I. — De um sujeito já hipnotizado diversas vezes pelos meios comuns. II. — De uma pessoa que ainda não fora objeto de hipnotizações anteriores.*

## I. — De sujeito já hipnotizado diversas vezes pelos meios comuns

Sabe-se que existem quatro fatores de hipnotização: *a*) as exitações sensoriais; *b*) a sugestão verbal; *c*) a radioatividade fisiológica ou magnetismo animal; *d*) a ação psíquica propriamente dita.[1]

Quando se busca produzir fenômenos hipnóticos num sujeito presente, é prudente utilizar conjuntamente os quatro elementos de influência. Além da vantagem quantitativa de sua totalização, tem-se, assim, a certeza de afetar, entre os modos de sensibilidade, aquele que predomina no sujeito. Alguns indivíduos são, com efeito, mais sensíveis ao fator *a*), outros ao fator *b*), etc...

Quando se deseja realizar a possibilidade de provocar a hipnose, de improviso e a uma distância mais ou menos extensa, ficando o fator *d*) como o único utilizável, o sucesso será mais fácil com um sujeito que seja

---

(1) Ver meu *Méthode Pratique de Magnétisme, Hypnotisme, Suggestion* (Edições Dangles).

mais sensível a ele do que aos três primeiros, o que se pode facilmente assegurar submetendo cada um dos sujeitos disponíveis a quatro séries de criações respectivamente sensoriais, verbais, magnéticas e psíquicas. Na impossibilidade de escolha, pode-se experimentar com qualquer pessoa hipnotizável.

Depois de se ter treinado o sujeito para perceber as sugestões mentais, de acordo com as instruções dadas no capítulo anterior, torna-se possível fazê-lo adormecer e despertar por um simples esforço de vontade.

Quando este último resultado tornar-se tão costumeiro que não demande mais qualquer esforço, obtemo-lo a grande distância tanto quanto a alguns metros. Um resumo extremamente interessante de uma experiência de tal gênero, repetida diversas vezes por um grupo de sábios e médicos (especialmente P. Janet, Myers, Gilbert, Marilier e Ochorowicz), foi dado pelo Sr. Ochorowicz, professor-assistente da Universidade de Lemberg, em seu livro intitulado *A Sugestão Mental* (Doin editor, Paris, 1887). Encontrar-se-ão outros relatos no de Boirac, reitor da Academia de Dijon, *A Psicologia Desconhecida* (Alcan editor, 1913).

### II. — De uma pessoa que ainda não foi objeto de hipnotizações anteriores

O leitor atento dos três primeiros capítulos deste livro sabe que as opiniões estão divididas quanto à possibilidade de tal fenômeno; conhece as bases da opinião afirmativa; concluirá que só a experiência realizada pessoalmente pode, no caso, dar uma certeza a cada qual.

Mostrei, no capítulo III, como influenciar alguém à distância sem que ele o saiba. Qualquer que seja o resultado procurado, a hipnose em particular, a técnica preparatória e operatória continua aquela do capítulo em questão. Quer dizer que, na quase totalidade dos casos, seria vão esperar um estado segundo, bem caracterizado, numa única sessão de ação mental. Como para



qualquer outro efeito conforme a uma imagem precisa, a repetição do esforço emissivo é indispensável.

Aliás, uma condição essencial impõe-se de conformidade com os princípios expostos no capítulo III, a quem quer que deseje tentar obter hipnose à distância em sujeitos não "trabalhados": a de ter rompido com a experimentação hipnótica ordinária, aquela que se pratica com a ajuda do olhar e da fala sobre pessoas presentes. Só um experimentador a quem a produção de hipnose tenha-se tornado familiar, pode *imaginá-la*, sugerir precisamente a sua vinda. Creio ter, por outro lado, insistido suficientemente no papel importante das imagens mentais em telepsiquia.

As diversas representações a utilizar para o ensaio de obtenção da hipnotização à distância são as seguintes:

1.º Imagem do sujeito, presente, sentado em frente do hipnotizador, como para hipnotização verbal;

2.º Imagem da execução da primeira manobra (descrita na pág. 57), e dos efeitos que ela determina;

3.º Imagens sucessivas das manobras que se seguem à precedente (pág. 57 e 58) e seus respectivos resultados;

4.º Imagem do sujeito em estado de hipnose total.

O impulso volitivo, cujo indispensável ardor é conhecido, será aqui caracterizado por uma decidida intenção de provocar o sono hipnótico. Essa intenção, só ela, será suficiente para afetar o sujeito, com a condição de que a emitamos longamente e a reiteremos cada dia, durante algumas semanas. Mas sem representação bem nítida do estado que se deseja, influenciar-se-á de forma imprecisa e o sujeito experimentará uma espécie mal definida de entorpecimento.

Escusa dizer que, uma vez obtida a hipnose, a sugestão torna-se possível. Do mesmo modo que um su-

jeito que fazeis adormecer com o olhar e com a fala atinge o grau máximo de sugestibilidade, aquele que hipnotizamos pela ação à distância torna-se sugestionável mentalmente, durante o tempo que for mantido sob hipnose.

O despertar não apresenta dificuldade. Efetua-se desde que seja sugerido, como na experimentação comum.



# Terceira Parte

# ADAPTAÇÕES DIVERSAS

# VII

# A COMUNICAÇÃO TELEPSÍQUICA DOS SENTIMENTOS

*Considerações gerais. — O dinamismo passional. — A interrupção da dispersão do dinamismo. — A gestão interior. — O plano. — As notas de disponibilização. — A relação. — Pormenores da emissão diária.*

## Considerações gerais

Em obra anterior, consagrada às doutrinas herméticas [1], evoquei a oculta potência da atração, inseparável de toda veemência interior. Vou, aqui, despojar esse arcano de seus véus hieráticos, desenhar-lhe claramente o relevo luminoso, a fim de que ele conceda aos aflitos sua claridade benfazeja. Minha tarefa está, aliás, já em grande parte esboçada. O leitor atento dos três primeiros capítulos deste livro já compreendeu que, desde o instante em que uma alma emite intensamente amor, afeição, amizade, dispõe espontaneamente de uma possibilidade de influência psíquica, proporcional ao *ardor* do sentimento que sente.

Digamos — para prevenir uma inevitável objeção — que a insuficiência desse condicional *ardor* explica a inoperância de múltiplas sinceridades e que unicamente a sua gestão refletida assegura-lhe eficaz ressonância. Anotemos, aliás, o corolário disso: Quando a vaidade, a

(1) *Science Occulte et Magie Pratique* (Edições Dangles).

ambição, a venalidade suscitam o desejo de inspirar o amor, de perpetuá-lo ou fazê-lo renascer, poucos recursos oferece-lhes a ação telepsíquica, pois não se comunica um estado que não se experimenta; que se possa *impô-lo*, é às vezes verdade, mas a firmeza dominadora, a imperiosa exaltação, indispensáveis para isso, supõem as predisposições excepcionais, definidas dos caracteres vulgares, ou prerrogativas adquiridas ao preço de uma ascese dispensadora de singular desapego.

Só às verdadeiras ternuras, só às paixões especificamente amorosas endereça-se, então, o que se segue. Posto que egoístas, já que se importam em receber e não em dar, são elas decerto úteis à evolução e sempre preferíveis às tibiezas mornas da inércia.

### O dinamismo passional

Assim que uma paixão desperta, todas as forças interiores parecem crescer. Uma impulsividade inabitual anima ao mesmo tempo o organismo, a imaginação e a vontade. Tem-se a impressão de sair de um longo torpor e de começar somente então a viver com plenitude. Em particular, o pensamento fica consideravelmente mais ativo que de hábito. É que o vigor anímico se elabora abundantemente. Vê-se, de imediato, a importância desse afluxo: condição primeira de uma irradiação poderosamente influente, a elaboração copiosa de energias psíquicas basta para acarretar a comunicação das disposições que a geraram, para afetar-lhes o objeto e a despertar disposições recíprocas.

Infelizmente, a receptividade deste capítulo pode achar-se perturbada por uma ou diversas causas: dissonâncias básicas entre os dois caracteres, inclinação sentida por outra pessoa, rivalidade, lassidão, preocupação derivativa. Nesse caso, a influência *espontânea* do pensamento não basta; é necessário usar-lhe a influência condensada e *refletida*, de maneira a dobrar, a triplicar, a decuplicar-lhe a potência. Vimos, no capítulo III, como proceder, em geral, para consegui-lo. Iremos agora precisar, adaptando-o ao caso particular de dificuldade sentimental, o ensinamento do capítulo em questão. Retenhamos, antes de tudo, isto: *A partir do momento em que exista paixão, sentimento, desejo, contanto que seu ardor seja vivo, dispõe-se de uma potência suficiente para influir sobre quem suscita tal impulso.* Mas se a elaboração do energismo psíquico fica então assegurada, sua condensação exige parada imediata da emissão descontínua, à qual se inclinam os corações infelizes. Essa dispersão constitui obstáculo dos mais graves. Se não se sabe, anteriormente a toda tentativa de ação à distância, dominar a agitação que dispersa, sem utilidade, a energia psíquica, a esperança de realizá-la perde o único apoio.



### A interrupção da dispersão do dinamismo

As desventuras, as confusões, os pesares sentimentais tornam-se facilmente obsedantes. A idéia fixa se implanta, agita sem cessar o espírito, arrasta a imaginação dos devaneios mais delirantes e retém tão despoticamente a atenção que mesmo o sono torna-se árduo. Para certas pessoas, arrancar-se um momento à evocação das mil e uma fantasias expressivas de seu estado, cessar a espécie de possessão fictícia pela qual elas lhe enganam a dor, parece um verdadeiro suplício. Essa perpétua tensão, *impossível para qualquer outro objeto*, aparece espontaneamente na paixão contrariada por causa mesmo do *afluxo* energético inseparável de todo estado afetivo intenso, ardente, violento. Ela engendra uma emissão psíquica contínua, e dispersa inevitavelmente em mil pensamentos, palavras, impulsos o dinamismo que suscita. Resulta disso que o interessado não dispõe, em nenhum momento, de um potencial *suficientemente condensado para agir com força.* Eis por que aqueles que pretendem que "se a telepsiquia existisse, eles teriam muita influência, pois pensam o dia inteiro no objeto de sua preocupação" se enganam.

Suponde que de uma janela do quarto andar, desejaríeis abater um obstáculo situado na rua e que, para

tanto, disponhais de um estoque diário de 50.000 folhas de papel. Se, de manhã à noite, vós atirardes contra o obstáculo à razão de uma por segundo, isso não terá efeito algum. Mas, se reservando vosso estoque para um momento determinado, digamos das cinco às seis horas, vós o repartis em pacotes de uma ou duas mil folhas e na hora prevista bombardeais o obstáculo com essas massas compactas, lograreis abalá-lo pouco a pouco até vê-lo enfim desmoronar-se. Comparação simplista, pueril, talvez, mas certamente não inútil para fazer compreender: 1.º a imunidade de querer arrancar um efeito qualquer de uma idéia fixa incansavelmente repetida e, 2.º a necessidade de suspender durante horas o dispêndio de energia mental quando se deseja constituir uma reserva susceptível de ser eficazmente projetada.

A primeira regra a observar para tentar comunicar um sentimento consiste em proibir-se, durante vinte e duas horas ou vinte e três horas, a cada vinte e quatro, de nele pensar, ao menos constantemente. Cumpre, com propósito deliberado, desviar a atenção do sujeito e daquilo que com ele se relacione, fixar a atenção em ordens de idéias, tarefas, derivações previstas. Aqueles que não estão praticamente familiarizados com os princípios elementares da educação psíquica, em particular com a mudança voluntária do pensamento, acharão terrivelmente difícil resistir ao impulso passional que tende a monopolizar-lhes a mente — e de contê-lo até o momento diário escolhido para a projeção metódica do potencial assim acumulado.

É preciso também impor-nos o esforço de conter as palavras e os impulsos diversos que nos sentimos compelidos a exteriorizar sob a pressão do dinamismo emocional; não ceder à tentação de falar, de confiar-se, de expandir-se, em uma palavra, *reter em si* a força cada vez que, de forma mais ou menos insidiosa, ela procure libertar-se.

Isto não é certamente agradável, mas não há uma compensação enorme em pensar que assim nos armamos



para combater a dificuldade? Para obter aquilo que desejamos acima de tudo?

**A gestão interior**

O adepto bem compenetrado daquilo que constitui um gerador de energia — essa energia que se trata de utilizar emitindo-a metodicamente — observará, além das regras precedentes, os princípios mais idôneos para a elaboração máxima e para a condensação cuidadosa de suas forças psíquicas. Para o moral, isto será um emprego de tempo preciso, não deixando nenhuma lacuna a favor da qual espontaneidades imaginativas ou exteriores possam retomar o curso; para o físico, uma higiene geral[1] minuciosa. Sobre esse assunto, reler o capítulo III.

O isolamento[2] favorece a condensação. Ele é recomendado, desse ponto de vista. Facilita, aliás, a vigilância de si próprio, aquela que visa manter os pensamentos, palavras e atos em modo *constantemente reflexivo.*

A concentração, em si mesmo, do dinamismo emocional tende a determinar uma atração, uma espécie de imantação psíquica que age constantemente sobre o sujeito. Convém também proibir-se todo zelo a seu respeito; não procurar nem vê-lo nem evitá-lo e conservar, em sua presença eventual, atitude da mais cortês indiferença. Sob o império da atração, que não tarda então a sentir, o sujeito experimenta um desejo mais e mais obsedante de aproximar-se de quem influi assim sobre ele, de procurá-lo, de obter-lhe a atenção, de permanecer no seu ambiente. *Não vades em direção dele, atraí-o a vós,* esta é a regra de ouro.

(1) Um regime bem pormenorizado e especialmente estudado para o caso de que tratamos aqui foi exposto em *Méthode pratique de développement du charme personnel* (Edições Dangles, Paris).

(2) Estar só no meio da multidão anônima é estar isolado.

### O plano — As notas de disponibilização

Expliquei no capítulo III que um plano de conjunto deveria ser meditado e acertado desde que se projete usar a ação à distância. Trata-se de calcular bem o processo gradual das modificações a serem feitas nas disposições morais do sujeito. Ter em vista uma mudança radical instantânea seria temerário [1]. É necessário um mês, dois meses, mais tempo ainda se preciso, para afetar gradualmente o sujeito, comunicando-lhe a princípio pensamentos compatíveis com suas disposições atuais, depois novas considerações que o modificarão mais apreciavelmente, e assim por diante. Para cada dia, deve-se prever uma sessão emissiva de uma a duas horas.

Esforçando-nos, durante o decorrer do dia, para conter, como já foi dito, o afluxo de pensamentos que surjam, relativos ao que desejamos, é preciso notar aqueles que, particularmente tocantes, deverão ser voluntariamente evocados logo antes da emissão diária, conforme as instruções dadas na pág. 36.

### A relação

As indicações da pág. 37 poderão ser utilizadas, mas aqui a relação não necessita de nenhum trabalho especial, pois existe necessariamente. Assim como existe dinamismo, a partir do momento em que haja paixão, inclinação, sentimento, existe também relação. Isso explica como uma pessoa se encontra, às vezes, mais ou menos afetada, num instante, pelos pensamentos, emoções ou sofrimentos de outra.

### A emissão diária

Duas sessões de três quartos de hora a uma hora ou uma sessão de uma a duas horas são geralmente necessárias. O isolamento, o silêncio e a obscuridade favorecem sempre a emissão telepsíquica. Mas tudo isto nada tem de imperativo. O essencial é esperar um estado de exaltação onde o que se quer seja sentido intensamente e açambarque inteiramente o campo da consciência. Não é suficiente constatar a pessoa, numa espécie de colóquio interior, seu desejo. Todo o ser deve vibrar ardentemente, sentir-se decidido a afetar a personalidade desejada. Adjurar ou implorar ao sujeito, de modo lamentoso, que simpatize conosco, seria pouco eficaz. As sugestões positivas, afirmativas, e a imagem do sujeito testemunhando que se sente tomado por nossa influência são as únicas que convêm.

Para determinar em nós próprios o estado irradiante, o uso de um estimulante do sistema nervoso central tem sua utilidade, pois, como vimos no capítulo III, a absorção dos excitantes tira aos plexos a força nervosa que ali se encontra armazenada e a lança na corrente circulatória, de onde o cérebro a atrai e dela se alimenta. Mas a consideração sucessiva de todos os motivos pelos quais nos empenhamos em obter aquilo que queremos, de todas as satisfações que decorrerão do sucesso, depois de todas as conseqüências dolorosas do insucesso, suscita mais seguramente ainda a veemência volitiva. Representar-nos tudo isto em quadros bem nítidos, vivos, assistindo-os pelo pensamento; saborear em imaginação as alegrias e sofrer as dores — eis o segredo da animação indispensável à uma telepsiquia eficaz.

Desde que nos sintamos com *pressão,* é judicioso começar a emissão propriamente dita pela evocação da imagem do sujeito. Repito aqui o que disse na página 39: "Qualquer que seja a hora, a partir do momento em que a imagem de alguém apareça na tela de vossa imaginação, tudo o que pensardes durante o comparecimento influirá apreciavelmente sobre ele."

Em segundo lugar, recomendo sugerir ao sujeito a obsessão do rosto do experimentador. Para isso, basta

(1) Eu, entretanto, vi obterem-se mudanças incrivelmente rápidas, mas isto continua sendo excepcional.

este representar-se o sujeito vendo aparecer-lhe tal imagem, pensar em quem ela representa, deixando sua atenção fixar-se nesse personagem. Imaginar-se-á que o sujeito experimenta nisso um vivo prazer e que se abandona ao encanto. Daí, por transições *lógicas*, pode-se fazer evoluir a representação mental do sujeito num sentido conforme as características do caso. Por exemplo, sugerir-lhe a necessidade de ver-vos ou de escrever-vos. Querer intensamente que ele sinta isso e imaginar que ele dá um seguimento efetivo a isto.

Se o experimentador sabe que o sujeito aprecia-lhe ou apreciou-lhe tais ou tais manifestações intelectivas, sentimentais ou sensoriais, sugerirá um chamamento prolongado, seguido de um pesar, depois de um *desejo* de reiteração.

Uma outra forma de ação mental, muito eficaz, consiste em imaginar a presença do sujeito e em falar-lhe — em voz alta ou interiormente — vendo-o testemunhar que compreende, que está sensibilizado, que aquiesce.

Ainda que não seja praticável dar instruções minuciosas para todos os casos, as diretivas precedentes tentaram englobar o que, para cada um, constitui o essencial.

Existem compilações de sortilégios que fazem esperar, da realização material de certo número de práticas extravagantes, a infalível obtenção do amor. Neles encontram-se, em particular, a receita de *filtros* — todos certamente afrodisíacos — e de enfeitiçamento. Esta última, complicada, estranha, impressionante, parece feita com o propósito de exercitar, ao mesmo tempo, a imaginação, a iniciativa e a vontade, de provocar assim a mais frenética exaltação e, por conseguinte, a mais vigorosa emissão telepsíquica. Aqui, como alhures, um dispêndio considerável de energia é necessário. O impulso emocional do operador, suscitado e longamente mantido pela sucessão de ritos, sofre todos os ônus do



experimento. Quantos agentes ocultos [1], invisíveis, cooperam com a ação do experimentador, longe de a contradizer, tenho disso a certeza experimental, acrescentando que o método aqui indicado os conjura muito bem, sem fórmulas cabalísticas.

(1) Ver *Science Occulte et Magie Pratique*. Capítulo VIII: O mediador de potências.

# VIII

# O TRATAMENTO MENTAL DAS DOENÇAS

*A base emocional de todo tratamento mental. — Efeitos curativos da ação psíquica. — Escolha do medicador. — A corrente. — Diretivas gerais. — Duração da ação diária. — As doenças crônicas. — As doenças psíquicas habituais: toxicomania, perversão, monomanias, obsessões, etc..., etc... Ação inconscientemente importuna de algumas companhias. — O pensamento pode matar. — Importância para o doente de uma moral benevolente.*

A eficácia de um tratamento por ação mental necessita, antes de tudo, de parte do ou dos experimentadores, um vivo sentimento de compaixão para com o doente e para com aqueles que sofrem pelo seu estado. Conheço exemplos de crianças enfermiças que o amor de uma mãe, materialmente muito limitada, pouco a pouco fortaleceu até a robustez. Vi moribundos chamados novamente à vida e mesmo corpos inertes ressuscitados pela irradiação anímica de um iniciado nos métodos deste livro . Claro que o amor nem sempre alcançou sobre a morte, por mais ardoroso que seja, uma vitória decisiva. Existem lesões fatais, deteriorações irreparáveis, insuficiências incoercíveis. A ação mental transmite ao organismo em perigo energias sustentadoras de suas auto-reações curativas, mas se a este último faltarem recursos finais indispensáveis para reagir vantajosamente, a cura não se efetua. Continuam numerosos, em definitivo, aqueles que se poderiam salvar. Outros

terão ao menos apoio moral, sofrimentos atenuados, vida prolongada.

Deveria ser sempre um ente próximo o que empreendesse a cura, um parente, um amigo íntimo, integralmente simpático ao doente e animado do mais vivo desejo de aliviá-lo. Deixando a uma personalidade assim qualificada a iniciativa principal da intervenção, várias pessoas, escolhidas dentre as mais afeiçoadas ao paciente, podem unir seus esforços aos do operador principal. Uma corrente de vontades realiza, às vezes, verdadeiros milagres, sobretudo se compostas tanto de homens quanto de mulheres, não contando o condutor [1], a fim de de observar a lei polar das cooperações fluídicas. O ocultismo preconiza prolongar essa corrente no invisível, evocando a lembrança dos desaparecidos pelos quais o doente foi amado, o que lhes imanta a influência, e apelando mesmo para a ajuda de Entes superiores tais como sejam concebidos.

O oficiante e seus ajudantes eventuais escolherão, para cada dia, um momento no qual possam se reunir, ou ao menos onde cada um saiba que dispõe de isolamento no lugar em que se encontra, de tempo para unir-se à intenção dos outros. Concentrarão seus pensamentos na imagem do doente [2] e deixando seus bons sentimentos, em prol dele, expandirem-se largamente, deplorarão os seus sofrimentos e exaltarão, em si próprios, o desejo de atenuá-los, de anulá-los, de irradiar até o doente seu próprio vitalismo a fim de confortá-lo e curá-lo. A atenção de cada um deverá ser sucessivamente fixada, de dez a quinze minutos, nos diversos pensamentos acima mencionados. Também o oficiante será judicioso, traçando uma espécie de programa que comporte um certo número de fórmulas. Cada colaborador pensará assim em

(1) Ver a esse respeito: Stanislas de Guaita: *La Clef de la Magie Noire*, e Péladan: *Le livre du sceptre.*

(2) Se nada o impedir, a corrente pode reunir-se junto do doente: vê-lo ajudará as efusões psíquicas.



perfeito sincronismo com os outros. Não se trata, bem entendido, de repetir palavras, mas de vivê-las interiormente, *sentir-lhes* a significação, animar imagens, vibrar emocionalmente.

Segundo as ordens de idéias enumeradas acima, eis aqui o que convém ter em vista entre as sugestões curativas. Primeiramente o sono, pois é sobretudo em favor de tal estado que a atividade orgânica funciona, terapêuticamente.[1] Sugerir ao paciente que ele durma longamente, calmamente, profundamente. Pela imaginação, vê-lo adormecido com uma expressão fisionômica calma, serena. Vê-lo despertar com uma impressão de bem-estar, de alívio. Em seguida, atentar em suas disposições morais, comunicar-lhe esperança, serenidade, e convicção de que se trabalha utilmente por ele, a certeza que o feixe de vontades concentradas para curá-lo dispõe de força bem superior à ação dos agentes adversos. Tratar, também, de representar-se, com precisão anatômica, o estado atual dos órgãos doentes. Seguir, pelo pensamento, a realização das funções perturbadas, estimulálas, regularizá-las em intenção. Por fim, visualizar a cura, a convalescença, o retorno à atividade normal. Esta última representação é de grande importância.

Como para qualquer outra intervenção telepsíquica, duas sessões diárias de 45 à 60 minutos são necessárias. É escusado dizer, por outro lado, que o tratamento mental não prescreve, de forma alguma, a medicação ordinária.

Nas doenças crônicas, pensar-se-á, antes de tudo, em sugerir ao interessado que se conforme a todas as regras de higiene alimentar e geral exigidos pelo seu caso. Seria mais rápido encher o tonel das Danaides que curar um paciente dado a excessos ou mesmo ao uso moderado do que quer que seja de antifisiológico.

(1) Nos tempos da Medicina nos Templos, o *Somnus medicus* era o último remédio dispensado a todos os males. Mais perto de nós, a Neurohipnologia do Dr. Braid, pôs em evidência o papel terapêutico do sono.

Pode-se tratar e curar pela ação mental os hábitos nefastos, as toxicomanias, as perversões, as monomanias, a propensão ao suicídio. Para isto, bem longe de usar sugestões imperativas proibitivas, é preciso assegurar ao interessado que a obsessão, a tendência cujo receio ele sofre, torna-se-lhe mais e mais indiferente, não mais o inquieta, encontra-o inerte, não mais o faz enganar-se. Em uma palavra, deve-se imaginar que a impressionabilidade do sujeito diminui em relação ao agente mórbido. Paralelamente, procurar-se-á comunicar-lhe toda espécie de pensamentos, sentimentos, desejos antagônicos dos que se trata de suprimir. Despertar-se-ão todas as boas disposições suscetíveis de excluir a influência do mal.

As pessoas que cercam um psicopata, a menos que sejam iniciadas, criam, quase sempre inconscientemente, obstáculos ao seu restabelecimento. Várias pessoas são afetadas, por meses ou anos, de modo apreensivo, angustiado, desesperado, pela convivência com o doente. Suas influências mentais somadas constituem um poder deploravelmente orientado. Pensam, essas pessoas, que o doente não saberá deter-se, emendar-se, que seu mal, hereditário ou adquirido, é incurável; que elas dominam o enfermo e acabarão por destruí-lo? Eis aí sugestões que incitam o infeliz a continuar. Ver, por antecipação, um agravamento e crê-lo inevitável, mesmo se deploramos ardentemente, é condicioná-lo, a menos que uma violenta revolta interior acompanhe tais pensamentos temerosos. Assim, a influência psíquica pode, seguramente, tanto matar quanto curar. Como o ódio, como a cobiça de uma herança, a desolação *passiva* pode cavar antecipadamente um túmulo.

A antiga prática de maldições e imprecações, em que não se vê senão uma atitude oratória, sabia do poder formidável das intenções profundamente sentidas, deliberadamente condensadas e nitidamente expressas. Coré, Datã e Abirão fulminados pelo gesto de Moisés, Ananias ferido de morte por Pedro, Lauberdemont chamado por Grandier para comparecer, num mês, perante



o tribunal do Invisível; mais perto de nós Stanislas de Guaita e Boullan [1], o estranho caso da cigana do doutor Sermyn [2], e numerosos fatos menos conhecidos manifestam o poder mortífero do pensamento.

Sem mesmo estar na mira de alguém, aqueles que cultivam habitualmente disposições rancorosas, malévolas, estão em sintonia cerebral com as miríades de vibrações psíquicas, análogas às suas, que se entrecruzam na atmosfera. Recusem o efeito destruidor dessas vibrações e sofrem, com isso. Daí a necessidade, em todo tratamento, de levar em conta o moral do doente. incitá-lo ao esquecimento das inimizades e das injúrias, à benevolência, à bondade.

(1) Esses dois experimentadores deram-se mutuamente, por via hiperfísica, golpes de que morreram, um e outro.

(2) Ver a obra do doutor Sermyn, citada na p. 19.

## IX

## PARA COMBATER AS MÁS INFLUÊNCIAS

*Perturbações e dissabores atribuidos à influência malévola de outrem. — Perseguidos e mitômanos. — Por que o ódio gera penosamente efeitos telepsíquicos precisos. — Como ele pode agir. — Uma lei geral. — Como defender a outrem?*

Todos os neurologistas, todos os psiquistas recebem queixas de um certo número de pessoas atacadas de perturbações sensoriais ou cerebrais que atribuem à influência deliberada de outrem. Também freqüentemente, atribuem elas a essa influência seus dissabores e seu fracasso.

É, quase sempre, um caso de falsa imputação, de mitomania, explicável por um processo fisiológico. Se é verdade, aliás, que temos, quase todos, invejosos, inimigos, competidores que nossa derrota favoreceria ou que nossa aflição encheria de alegria, ninguém, sem dúvida, é capaz de um ódio tão vibrante e tão sustentado que seja capaz de produzir verdadeiro enfeitiçamento. Creio que uma pluralidade de maus desejos pode afetar-nos penosamente, mas não com a precisão e a intensidade admitidas por algumas pessoas. Seria preciso, para tanto, além de um ardor, de uma assiduidade bem pouco comuns, conhecimentos e habilidades telepsíquicas estranhos a quase todos.

Viu-se, o quanto é necessário de método, de vigor e de insistência para fazer alguém experimentar um efeito

telepático exato. Isso não se improvisa. Suponhamos que X queira a morte de Z e pense nisso ativamente, sem descanso, durante meses. O que acontecerá? Z será perturbado em seu ponto mais fraco. Se, por exemplo, é desatento ou muito impressionável, tornar-se-á mais ainda e seus reflexos, repentinamente descoordenados por ocasião da travessia de uma rua de trânsito intenso, poderão traí-lo. Ele se fará atropelar. Se X desejasse não a morte mas a ruína de Z, seria no domínio financeiro que as faculdades deste último cederiam.

Generalizemos. Dada a incessante competição das cobiças, *todos aqueles que careçam de caráter sofrem necessariamente influências escravizantes, ou desvantajosas, ou destrutivas.* Eis o aspecto exato da questão.

Posto isto, como defender-se? Como defender outrem?

I

Por si só, a educação psíquica elementar permite à pessoa isolar-se, tornar-se heterotônica às vibrações psíquicas indesejáveis. Em obra anterior, *Le Pouvoir de la Volonté,* relatei em que consistia a educação psíquica. Não voltarei a fazê-lo aqui. Entregando-se todas as noites a um exame conciso dos pensamentos, incitações e resoluções diárias, cada pessoa pode perceber se, em alguma medida qualquer, foi influenciada. Decidindo cada manhã, de conformidade com uma direção deliberadamente concebida, o que faremos das horas seguintes, dispomos por antecipação, de nós mesmos, adestramo-nos em governar o pensamento, em dele ser o único gerador. Melhor dizendo, ao chamar a nós as influências, as ajudas adutoras da saúde, sucesso, progresso, atraímo-los realmente. Estas circunstâncias, por fortuitas que pareçam, respondem sempre a um apelo, a uma tendência interior.

Acima de tudo, expulsemos toda animosidade, por mais justificada que seja; esqueçamos as maldades; re-



cusemos a ocupar-nos delas. Seria, em primeiro lugar, energia mental esbanjada. Além disso, isso nos sintonizaria com toda uma série de vibrações prejudiciais.

II

Para melhorar o estado de um perseguido, a primeira regra a observar consiste em não tratar seu mal como imaginário, mesmo que o seja claramente. A segunda será de assegurar-lhe as mais perfeitas condições de higiene mental e física. Aliciá-lo, incitá-lo depois a praticar a educação psíquica. Se for preciso, sugerir a ele pelo método exposto neste livro. Enfim, usar a técnica indicada no capítulo anterior, p. 79.

## X

## PARA PREVENIR OU MODIFICAR UMA DECISÃO LAMENTÁVEL

*Onde a palavra fracassou, o pensamento pode triunfar. — Meditação prévia. — O repouso condensador. — A busca e a anotação dos pensamentos mais evocativos. — A emissão. — Uma só sessão basta, com freqüência. — Aplicações diversas do mesmo procedimento. — Tende confiança em vós.*

Qualquer pessoa de vosso conhecimento, entre vossos amigos, vai tomar ou acaba de tomar uma decisão lastimável. Tereis, em vão, dispensado vossos recursos dialéticos para obrigá-la a refletir. Eis um dos múltiplos casos em que a ação telepática age mais segura e mais rapidamente que a palavra.

Cessai toda intervenção verbal. Isolai-vos numa sala silenciosa. Em paz, meditai com atenção no que desejaríeis impedir. Estudai a decisão em sua gênese, representai-vos sua execução, ressaltai-lhe todas as conseqüências e, para finalizar, precisai todas as vantagens que o interessado obteria mudando de opinião.

No caso de existir um ou mais compromissos entre os móveis que incitam o sujeito a decidir-se no sentido lamentável em questão e o que aconselha a razão, imaginai-os.

Cada pormenor dessa meditação deverá ser anotado rapidamente.

Quando o cansaço sobrevier, desviai vosso espírito da ordem de idéias em que acabais de aplicá-lo e ocupai-o com outras coisas. O afluxo de inspirações ou subseqüências continuará entretanto e novos pensamentos surgirão, devendo ser anotados em seguimento dos anteriores.

Dessas notas será preciso extrair um resumo composto de todas as representações que suscitem em vós viva oposição. Assim, guardai na memória todas as conseqüências desastrosas dos atos que vos preparais para evitar, aquelas que vos sensibilizem, que vos revoltem, que façam jorrar de vós um "não" enérgico, formal.

Depois de uma curta preparação baseada nas indicações do capítulo III, tendo em vista condensar vossas energias, fazei uma ou diversas sessões emissoras, preferivelmente nos momentos em que todo o caso vos volte à memória e faça sentir-vos violentamente animado do desejo de anular a causa de vossa preocupação. Relede vossas notas, exaltai-vos à evocação dos quadros que elas geram e terminai por aquelas que compõem o resumo prescrito logo acima. *Estas últimas notas, se vós as visualizardes de maneira muito viva, vos arrancarão movimentos de revolta interior extremamente violentos.* Esses movimentos darão lugar a outras tantas projeções psíquicas, que abalarão as disposições do sujeito.

Imaginando então que este último está ali presente, desconcertado, menos resoluto, chamai-o mentalmente à razão, com veemência; enunciai-lhe vossa própria convicção; imaginai que ele compreende, que ele *vê* onde seu extravio poderá levá-lo, que ele experimenta subitamente a alegria do perigo evitado, que ele vos exprime sua gratidão.

A passagem em itálico indica a fase essencial da ação.

Se causas muito poderosas concorrem para a decisão que cumpre inibir, diversas sessões são necessárias. Mas quantas decisões lamentáveis não dependem de simples caprichos, de fantasias ilusórias, de influências



ineptas: estas podem ser freqüentemente interrompidas ou ter sua execução suprimida pelo só esforço de uma hora bem empregada.

Por um procedimento análogo, agi sobre aqueles que vos desagradem: subalternos ou empregados, colegas ou companheiros, clientes ou fornecedores, amigos ou parentes. Concentrai em vós mesmos o motivo do desagrado. Não exteriorizeis em representações verbais, em queixas ou confidências as vibrações emocionais desagradáveis que vos agitam. Esperai o instante em que, recapitulando interiormente os agravos, vós vos sentirdes *irritado*. Esta disposição é telepsiquicamente exelente. Aproveitai-vos disso para sugestionar energicamente aquele ou aqueles a quem ela concerne. Não tardareis a verificar que a influência do pensamento, ainda que insuspeitada da maioria e friamente negada por pessoas muito cultas, opera efeitos impressionantes pela sua evidência.

Uma última palavra: por mais difícil, por mais longínquo que vos pareça um resultado, por mais duvidoso ou por mais débil que vós vos sintais diante da *dificuldade*, não desespereis jamais de alcançá-lo com a ajuda de vossas forças psíquicas. Viver é gerar energia; dominar-se é acumulá-la; pensar é irradiá-la; emocionar-se é aperfeiçoá-la; renovar o esforço é acentuar as pesadas anteriores. O meio de ação que revelo neste livro vos arma portanto ao mesmo título que qualquer outro, e se vos exercitardes em utilizá-lo, vossas possibilidades aumentarão dia por dia.

# XI

# PARA PRESERVAR OU PROTEGER ALGUÉM

*A intenção transformada em ação. — A preservação do perigo. — Procedimento. — Proteção no decorrer de uma prova ou de uma dificuldade. — Aplicações diversas.*

Procedendo-se mais ou menos como curar, pode-se envolver de uma influência protetora um parente, um amigo distante, seja para preservá-lo de um perigo, seja para fortalecer-lhe as faculdades, seja para favorecê-lo em todas ocorrências. Isoladamente ou com a ajuda de uma corrente, pratica-se cada dia a evocação da imagem e, precisada esta última, concentra-se longamente o pensamento conforme convém. Como no caso de qualquer outra ação telepsíquica, certo número de sessões é indispensável para a obtenção de um resultado bem caracterizado.

Se se tratar de segurança e temer-se um perigo particular para o sujeito, embora consagrando grande espaço, durante cada sessão, para a especificação de tal perigo, não esquecer aqueles que não tememos — e que são freqüentemente os que mais devemos recear — imaginar o interessado em sua integridade física, com o mais tranquilizador aspecto exterior e insistir, mantendo essa imagem na tela imaginativa, na afirmação [1]: "Que ele continue assim. Eu quero, eu exijo que ele continue

(1) Palavras ditas somente da boca para fora, com apatia, tibieza, hesitação, pusilanimidade, não têm efeito. Um impulso emocional profundo, violento e imperioso é indispensável.

assim." Quando o sujeito deve necessariamente correr um risco, não especificar como ele lhe escapará, mas afirmar que passará incólume por tudo. Pode-se cuidar de estimular nele a atenção, a circunspecção, a prudência e outras faculdades defensivas, a confiança em si próprio, a calma e o sangue frio.

O fato de conhecermos alguém intimamente e o de avaliar-lhe sutilmente a psicologia ajudam-nos consideravelmente a influir sobre ele, pois a *relação* se encontra então estabelecida antecipadamente e, por outro lado, tem-se uma representação clara e exata do que o sujeito pode sentir. Os bons sentimentos que experimentamos a seu respeito, a intensidade do desejo de protegê-lo continuam a ser, aliás, os mais essenciais elementos de eficácia.

Na ocasião de um exame, de uma atividade, de uma diligência especial, a influência telepsíquica pode contribuir notavelmente para o êxito. Mas é preciso apegarnos a ela com antecedência e não esperar a véspera do acontecimento para intervir. O mínimo aproximativo é de trinta a quarenta dias.

No momento de um exame, por exemplo, a ação à distância não aumentará, evidentemente, os conhecimentos do candidato, mas o porá em estado de perfeita lucidez mental, estimulará sua memória, segurança, presença de espírito. Ela o tornará tão simpático quanto o possa ser. Ela agirá também — por mais estranho que isto pareça — sobre os examinadores. Cumpre ainda acrescentar que, durante os estudos, pode-se também sugerir o gosto pelo trabalho, o interesse pelas matérias a estudar, a compreensão fácil, a aplicação, o equilíbrio físico e o vigor intelectual. Recordemo-nos de que passar num exame ou obter um diploma não assegura, de maneira alguma, uma carreira satisfatória a quem não possua as aptidões, os conhecimentos e a combatividade necessárias para ela.

As diretivas precedentes se adaptam, por si próprias, a inúmeros casos: diligências, solicitações, estréia no teatro ou alhures.



# XII

# O DESDOBRAMENTO

*Os fatos. — As teorias. — O duplo. — As formas-pensamentos. — A experimentação. — As adaptações.*

## Os fatos

Desdobrar-se o indivíduo, em outros termos, ser visto e ouvido a uma distância considerável de seu próprio corpo; ver e ouvir o que se passa longe, constitui a mais extrema das manifestações telepsíquicas. A História testemunha numerosos exemplos de desdobramento. Relatei alguns em *Science Occulte et Magie Pratique*. Hoje em dia, as observações abundam. Para convencer-se as pessoas disso, basta ler as atas da Sociedade de Pesquisas Psíquicas de Londres ou as obras de Gurney, Myers, Podmore, Maxwell e Boirac indicados no capítulo I. Nelas encontrar-se-á relação de uma porção de fenômenos espontâneos. Aqui iremos ver como tirar partido, deliberadamente, dessa possibilidade. Só uma predisposição especial permite chegar ao desdobramento integral, mas se a intenção firme de influir sobre o pensamento de outrem é mais do que suficiente para que a atividade mental se irradie eficazmente, uma análoga concentração de espírito determina quase sempre a projeção bilocatória parcial.

## As teorias — I. O duplo

Se a ciência moderna apenas começa a tocar — e com que circunspecção — o estudo do fenômeno em

questão, textos que nos foram transmitidos através das idades afirmam, em outros tempos, o perfeito conhecimento, o manejo fácil das leis do desdobramento. O ocultismo — vestígio da sabedoria dos antigos — mostra-nos o homem constituído não só de alma e corpo mas também de um terceiro elemento intermediário entre um e outro. É o duplo ou ka dos sacerdotes egípcios, o Kama rupa dos hindus, o Nepresch dos cabalistas, o mediador plástico dos hermetistas, mais conhecido hoje em dia pelo nome de corpo astral. Formado exatamente segundo o modelo da aparência material, o corpo astral, feito de uma substância mais sutil ainda que o estado etérico dos físicos, interpenetra o organismo tangível, do qual é aliás o edificador, o conservador, o animador.[1] Por meio daquelas letargias semelhantes à morte, que os praticantes da magia sabem provocar em si mesmos e que os magnetizadores podem obter de seus sujeitos — a alma (a consciência psicológica) se exterioriza, veiculada pelo corpo astral, e, deixando o corpo físico ao qual um fio fluido extensível a mantém ligada, ela suprime o espaço.

Além deste último aspecto, mil outros são possíveis e mesmo freqüentes. Tais são as diversas formas de metagnomia — nome criado por Boirac, o falecido reitor da Universidade de Dijon — para designar a percepção de coisas e seres situados fora do alcance dos sentidos no tempo e no espaço: um sonâmbulo lúcido, um vidente, uma pessoa dotada de dupla visão vos descrevem, em Paris, um amigo residente em Marselha ou um acontecimento futuro.[2] Isto lhes é possível por um desdobramento parcial. Um homem moribundo ou recém-morto aparece, do outro lado do Oceano, à sua mãe: desdobramento provocado pela emoção.[3] Sob o efeito do clorofórmio, um paciente se exterioriza e assiste à sua operação:[1] mesmo fenômeno. Durante o sono natural, o adormecido sonha que visita a casa de seu pai e vê um incêndio nela começar. Na manhã seguinte, tem notícia do incêndio efetivo do imóvel. Ele, portanto, se bilocou e viu o sinistro.

(1) Ver *Science Occulte et Magie Pratique* (Edições Dangles).

(2) Ver a obra de J. Marwell, magistrado, intitulada *Les phenomènes psychiques.* Nela encontrar-se-ão fenômenos desse gênero constatados por personalidades eminentes.

(3) Ver Flammarion, *La Mort et son Mystère.*



Casas assombradas, pancadas repetidas e bom número de fenômenos espíritas explicam-se também pela exteriorização do duplo. Mas é preciso ler Gurney, Myers, e Podmore, as *Hallucinations télépathiques* para conceber a freqüência familiar do desdobramento.

Na maior parte dos casos seriamente constatados, o desdobrado não tem consciência do fenômeno — e isso não nos deve surpreender — pois trata-se quase sempre de uma projeção do *duplo único,* durante a qual a alma, o elemento psíquico, a *consciência, permanece perto do corpo físico.*

Quando, sentados, músculos relaxados, descontraídos pensamos de maneira muito exclusiva, muito profunda a respeito de um terceiro, projetamos inconscientemente nosso duplo para ele. O interessado raramente percebe essa presença invisível, pelo menos enquanto imagem de nós próprio. Entretanto, nosso duplo age sobre o dele e transmite-lhe seu movimento ondulatório, comunica-lhe o tom de vibrações de que se encontra animado, o que suscita nele pensamentos sobre nós.

Não haveis jamais tido, enquanto *mergulhados em vossos pensamentos,* e, por assim dizer, desligados do mundo exterior, *a impressão de voltar de bem longe,* no momento em que algum apelo brusco vos restituía a noção do real?

Assim, aqui como alhures, existem graus, e se a bilocação total e consciente parece necessitar singulares qualificações, cada um de nós se desdobra espontaneamente, mais ou menos, e pode, se procurar fazê-lo deliberadamente, tirar partido dessa possibilidade.

(1) Um caso desse gênero foi publicado em 1913, por *Occult Review.*

## As teorias — II. As formas-pensamentos

Tudo se passa, disse eu no capítulo II, como se, banhados por um invisível oceano fluídico, nossas almas se encontrassem constantemente em mútua comunicação. O ocultismo define esse oceano como "plano astral" e empresta-lhe um papel cosmológico dos mais importantes, acerca do qual não me estenderei aqui.[1] O que nos interessa mais de imediato é a propriedade, atribuída pelos ocultistas à substância do plano astral, de moldar-se em formas sob o efeito de nossa atividade psíquica. As imagens mentais nela esculpem corpos à sua semelhança. A ressonância de nossas impressões, de nossas emoções, de nossos sentimentos criam nela conjuntos de contornos e cores variadas.[2] Todas essas criações são dotadas de movimento e mesmo de uma semiconsciência. Agem como auxiliares da inteligência de onde emanam. Querer agir sobre um terceiro, transportando-se, pelo pensamento, aonde ele está, é, portanto, projetar uma espécie de fantasma, de duplo, de *alter ego* que trabalhará o inconsciente do sujeito segundo nossas intenções. Da mesma maneira, as imagens mentais formadas e transmitidas de acordo com as técnicas que conhecemos constituem corpos astrais reais que permanecem no ambiente do sujeito e aí se manifestam, às vezes até a obsessão. Vê-se como a teoria das formas-pensamentos é sugestiva e quantas inspirações úteis podem-se delas tirar.

## A experimentação

Entre os especialistas que escreveram sobre o desdobramento, alguns indicaram, para obter esse fenômeno, o uso de substâncias perniciosas, e cujo efeito fica, aliás, incompleto. Na verdade, o ópio, o éter, a cocaína, a morfina, o haxixe provocam o desdobramento mas tiram ao experimentador toda influência diretora do fenômeno — isto é, a capacidade de utilizá-lo. Outros preconizam um método menos imediatamente perigoso, que utiliza a exteriorização inseparável do sono natural. O inconveniente desse método é evidente: o candidato, não tendo esse controle contínuo de si próprio, pois a bilocação efetua-se em plena inconsciência, coloca-se assim nas melhores condições para sofrer as influências ambientais mais restritivas de sua própria vontade. Com efeito, já vi alguns experimentadores completamente desequilibrados por seus ensaios. Tal desdobramento constitui nada menos que uma porta aberta para o além misterioso. Que singular temeridade transpor essa porta amarrado e aniquilado psiquicamente!

O procedimento que vou expor difere essencialmente dos precedentes, em primeiro lugar por sua completa inofensividade, em seguida porque conduz a uma exteriorização gradual durante todas as fases, em que o experimentador conserva a integralidade de sua consciência e de sua vontade. Já o expus em *Science Occulte et Magie Pratique;* e ele tem igualmente seu lugar aqui.

1.º Procura-se, antes de tudo, impor ao corpo físico uma passividade completa. Para isso, a posição horizontal convém melhor do que qualquer outra. A atenção deve percorrer, uma a uma, cada fibra, a fim de relaxar, distender perfeitamente o conjunto do sistema muscular. Chega-se assim à mais absoluta imobilidade.

2.º A inércia locomotora predispõe a uma diminuição da atividade intelectual, coisa que bem se compreende e que degenera simplesmente em sono natural profundo naqueles cujas energias psíquicas estejam suficientemente condensadas. Também, caso não tenha sido realizada segundo nossas indicações anteriores, a experiência interrompe-se por si mesma.

---

(1) Ver *Science Occulte et Magie Pratique*, do mesmo autor (Edições Dangles, Paris).

(2) Ver Leadbeater, *L'homme visible et invisible* e (C. A. Besant) *Les Formes Pensées;* A. Besant, *Les aides invisibles.* (Publicado pela Editora Pensamento em português: *O Homem Visível e Invisível; Formas de Pensamento; Auxiliares Invisíveis.*)

3.º O experimentador, ainda manobrado por seu automatismo, observa a continuação de sua agitação cerebral e é, então, na regularização desta que convém fixar-se. A intenção mantida, sem nenhuma tensão volitiva, de rarefazer a elaboração dos pensamentos, constitui a chave do exercício. Essa intenção não poderia chegar de imediato, nem mesmo num número de sessões, à suspensão completa do pensamento. Progressivamente, a calma sucede à agitação e ainda aí o sono espreita os ensaístas benévolos. Mas após algumas semanas de tentativas diárias, momentos mais e mais prolongados marcam um primeiro progresso. Depois, essa parada se prolonga ainda e subsiste logo, perturbada por alguma vaga reação, se tanto. Enfim, ela é obtida, uniformemente. É o isolamento. Nesse estado, a acuidade sensorial encontra-se consideravelmente atenuada. Os ruídos exteriores tornam-se indiferentes, assim como as sensações visuais, olfativas ou táteis. Fica-se numa disposição análoga à do indivíduo *absorto* que não ouve quem lhe fala. E a exteriorização esboça-se.

4.º Tem-se nitidamente a impressão de não estar mais estreitamente integrado nos limites do corpo físico. Sente-se a pessoa como que elevada, paralelamente ou a alguma distância do corpo. A menor intenção voluntária restabelecerá o estado normal. Não há nenhuma apreensão mas um bem-estar quase nirvânico.

5.º Atingidos esses resultados e a capacidade de isolar-se assim a pessoa em alguns minutos, a intenção primitiva de êxtase intelectual será substituída pela de exteriorizar-se mais e mais; prosseguir-se-á a experiência sem pressa, consagrando-lhe mais ou menos uma hora por dia. Segundo o caso, a evolução de possibilidades bilocatárias tomará um curso adequado às predisposições de cada um. Assim, uns começarão a perceber o meio astral sob forma de uma luz ou de uma sombra difusa onde formas, silhuetas, imagens se esboçarão pouco a pouco (*a*); para outros, o espaço hiperfísico será



facilmente percorrido e os duplos dos vivos serão perceptíveis (b) antes do próprio plano astral.[1]

6.º Os experimentadores que observarem (*a*) obterão resultados mais rápidos orientando-se para a metagnomia. São mais percipientes que irradiantes. Aqueles que observarem (*b*) saberão que são mais bem dotados para agir, para manifestar-se do que para perceber as vibrações emitidas por outros centros. Será, então, na ação à distância que sobressairão mais facilmente.

Como vimos, se abordamos essas práticas sem possuir as reservas energéticas que assegurem ao mesmo tempo o sucesso e a inofensividade delas, não se corre nenhum outro risco que não seja o de saborear um sono reparador. Mas o próprio exercício treina pouco a pouco o praticante e desenvolve-lhe consideravelmente as aptidões. Com ensaios renovados assiduamente cada um chegará então ao objetivo.

Se procedermos na ação telepsíquica à distância, a um desdobramento prévio, será suficiente evocar a imagem do sujeito e precisar bem a intenção de juntar-se a ele para obter-se um resultado conforme. E então a ação será mais possante, mais rápida, exigindo muito menos esforço que a sugestão mental ordinária.

(1) Percepção de coisas e de seres situados fora do alcance dos sentidos físicos no tempo e no espaço. Exemplos: autoscopia, psicometria, lucidez, sonambulismo, clarividência, visões no cristal, etc...

## XIII

# A TELEPSIQUIA NA VIDA INDIVIDUAL E COLETIVA

*O fator telepsíquico na trama do destino. — A competição universal. — O desejo ávido de efeitos. — A ação exterior das disposições habituais do homem. — As aptidões sem avidez e a avidez sem aptidões. — A telepsiquia e os negócios. — Dileção e vigor apetente. — Bloqueios invisíveis. — Choques coletivos de vontades. — O psiquismo e a questão social. — Otimismo e lucidez. — A apreensão estéril e a apreensão útil. — Despotismo e servilismo. — Os carateres fortes e sua influência. — O trabalho aperfeiçoa com eficácia o pensamento. O amor e a telepsiquia. — Paixões e sentimentos. — Conclusão.*

Como declarei no início deste livro, a influência telepsíquica é uma subseqüência inevitável da atividade afetiva e cerebral. Desde que nos emocionemos, desde que desejemos, desde que pensemos, irradiamos vibrações que renovadas durante dias, meses e anos contribuem apreciavelmente para determinar muitas circunstâncias. As do passado ressoarão no presente; as do presente repercutirão no futuro. Algumas considerações darão maior precisão a isso.

Um conjunto de pessoas agita-se e esforça-se. Cada um dos indivíduos que o compõem, deseja com maior ou menor aspereza e aptidões o que suas predisposições levam a considerar como supremamente desejável. Desde o cientista em busca da descoberta que fará dele

uma sumidade mundial ao financista à espreita de proveitos rapaces, desde o político impaciente por ocupar o primeiro plano do Estado ao funcionário que disputa um posto mais bem remunerado, desde o apaixonado que irrita seu rivais ao escritor esperançoso de láureas, a competição é geral. O que alguém persegue, outros também querem. Ora, se as qualificações, a atividade, os apoios de cada competidor são outros tantos triunfos no jogo, o desejo ávido o é também — e é o que conta. O poder deste explica inúmeros sucessos e derrotas incompreensíveis sem ele.

Em igualdade de condições quanto ao saber, à habilidade, ao trabalho e à proteção, será, em todos os casos, a personalidade de mais vigorosos apetites que obterá o máximo. Tal força de desejo supre sempre, em larga medida, as insuficiências de valor intrínseco, contanto que saibamos conter-lhe os impulsos excessivos. De fato, é a mesma e frenética cobiça que move os mais hábeis especuladores de ouro e os mais audaciosos piratas. O julgamento sagaz de uns dirige o esforço por entre os escolhos; o causalismo deficiente de outros se extravia nas tolas sugestões da efervescência interior. Mas a mesma espécie de energia impele uns e outros à execução. Aqueles que a dominam e a emitem em imagens bem concebidas identificam-lhes os efeitos às suas intenções; aqueles que a sofrem, imaginam lastimavelmente e os resultados deles, sempre precários, estão mesclados de insegurança.

Mais vale, certamente, não ter nenhum impulso-motor se o leme, frágil, falseado, dever necessariamente bater nos recifes, mas, aqui na terra, não é menos verdadeiro que a avidez, bem mais que o mérito, apropria-se e consegue.

Além de seu estímulo, a convicção de poder, a de ter direito, a de estar qualificado influem sobre todas as pessoas das quais depende aquilo a que se aspira. Inversamente, todas as restrições que a pessoa experimenta, que admite sobre seu próprio valor, repercutem na alma



de outrem. Eis por que os modestos, os preocupados com a justa medida, os *razoáveis* antes de tudo, não recebem a quarta parte do que receberiam por idênticas capacidades, se sentissem mais *apaixonadamente,* — quase digo cegamente — o desejo daquilo que a iniqüidade dos homens lhes recusa.

Essa elite culta, laboriosa, obscura, cujo intelecto se desgasta no minucioso trabalho do qual resulta o progresso das ciências, recebe por seus trabalhos um prêmio bem pequeno. Pode-se dizer também que no orçamento nacional a competência recebe menos que a engenhosidade. É que se trata de homens cuja energia psíquica foi absorvida por uma extensa cultura e cujas preocupações ideais derivam da vontade de obtenção.

Alguns dirão que atribuo à ação telepsíquica o efeito de um excesso ou de uma falta de iniciativa reivindicadora. Ao que respondo que as mais justas reivindicações têm fraco resultado quando a avidez de seus promotores não é intensa.

*
* *

Na batalha dos negócios, quem vê afluírem os oferecimentos e os pedidos vantajosos? Quem encontra as cooperações mais satisfatórias? As ocasiões favoráveis? Será o mais ativo? O mais bem dotado, profissionalmente falando? De modo algum. É o mais ardente, o mais assiduamente evocador de riqueza ou supremacia. A ele vêm *idéias* que os outros não terão, mas isto poder-se-á explicar pelos recursos interiores de seu psiquismo. A ele também vêm também colaboradores financeiros, técnicos hábeis, fornecedores sérios, clientes consideráveis. Que se atribua o mérito à sua gestão, isto pode ainda ser sustentado, mesmo que entre seus concorrentes haja também pessoas inteligentes e ativas que fracassam. Mas todas essas eventualidades felizes que fazem dizer de alguém: "Ele tem sorte", "Ele vence como que por mágica", não bastariam para justificar minha tese? Obje-

tar-me-ão talvez que todo mundo deseja vencer. — Não com o mesmo ardor, não com a mesma fixidez psíquica. Todo mundo tem fome, mas entre o intermitente esboço de apetite do dispéptico e a vigorosa necessidade de um homem sólido e vigoroso, quanta diferença! [1]

Por certo não faltam, em país latino — nem alhures — seres tão deliciosamente dotados para apreciar todas as possibilidades da opulência que se pode perguntar como suas vibrações psíquicas não atraem aquilo que lhes satisfaria os gostos. Mas dileção e ardor sustentado do desejo são dois estados de alma muito diferentes. Desejamos naturalmente, ideologicamente, toda coisa agradável. Não experimentamos forçosamente essa impetuosa, veemente, contínua necessidade que atrai, conquista, prende. E se se pensa no número formidável de seres humanos lançados ao assalto do pouco que a terra pode fornecer, compreende-se o atletismo anímico necessário às grandes vitórias.

Possuir não é, aliás, conservar. O herdeiro a quem as contingências gratificaram com bens consideráveis, acha-se dentro de uma incessante conspiração onde figuram as múltiplas cobiças que, pelo estado social, cercam a fortuna. Elas não agem somente pelas vias materiais. Sugerem invisivelmente a imprudência, o erro, o excesso, o vício. E sua ação mental se acresce das invejas, dos ciúmes, das animosidades que toda opulência provoca. Que terrível cadeia! E que circunspecta e robusta defensiva não é necessária ao rico. Se ele não recebeu, com o resto, uma organização psíquica na medida da importância de suas posses, será logo despojado. A aristocracia russa, que possuía menos psiquismos ardentes que abdómens cheios, dormia mais que agia e consumia mais álcool que idéias, sofreu a lei de uma dúzia

(1) E a comparação não é de forma alguma forçada. Quantos brutos, de pensamento elementar mas compacto, forte e bem orientado, não assombram certos espíritos sutis, desligados em demasia, com os seus êxitos? Uma organização psíquica judiciosa mas sem vigor influi necessariamente menos que um temperamento robusto e simples.



de intelectuais apaixonados. A iniciativa foi subtraída à nossa monarquia desde que esta parou de pensar e querer. E se a classe atualmente detentora dos privilégios subsiste ainda, apesar de suas imprudências eleitorais, é porque totaliza mais psiquismos ativos do que seus antagonistas reunidos.

*
* *

A sorte do proletário melhora lentamente desde que se parou de considerar como socialmente indispensáveis os abusos perpetrados contra ele. Tudo iria mais rápido se ele pensasse em seus direitos com mais entusiasmo e coordenação. Por causa de suas deficiências psíquicas, as democracias vivem ainda sob um jugo quase ditatorial. Incapazes de conceber a ordem desejável em imagens precisas, deixam-se incansavelmente prender pelo logro das sugestões que lhes prodigalizam a cada campanha eleitoral. Crêem designar obediências organizadoras de eqüidade e vêem invariavelmente sair da urna a tirania e a espoliação. Tudo mudaria se os trabalhadores não se deixassem levar — entre duas guerras, duas sessões legislativas, dois comícios — a uma excessiva resignação, feita sobretudo de indolência e apatia. Tudo mudaria se cada um formulasse interiormente mas inflexivelmente 3 sugestões bem concretas: possibilidade de consumo justamente proporcional à importância de produção; organização militar dos povos subtraída aos arbítrios nacionais e confiada, em cada continente, a um colégio internacional; exigência de aquiescência direta dos eleitores a toda destinação dos fundos públicos.[1] Essa concentração de espírito agiria sem a menor desordem, pois a efervescência psíquica impressiona necessariamente aqueles que são seu objeto. A irritação

(1) Seria preciso para isso, diz-se, uma capacidade de apreciação que os povos não possuem. Abstemo-nos bem de dá-la. E onde se exige do deputado, ou do ministro, um diploma de saber e de aptidões econômicas, técnicas e políticas?

silenciosa influi profunda e decididamente; ela é, aliás, incoercível. Inversamente, as vociferações e as revoltas tumultuosas não conduzem jamais senão à reformas superficiais e transitórias.

*

* *

Os descontentamentos, os rancores e os ódios inconfessados mas vigorosos — quer coletivos quer individuais — operam verdadeiros enfeitiçamentos. Seu paroxismo, a cólera, fulgura, troa e fere como o raio. Quando a violência for fortemente condensada, quer dizer, longamente contida, ela desorganiza, estupifica e mata.

Ninguém pode vangloriar-se de imunidade contra a imanente repercussão de rivalidades e antagonismos prováveis. Para defender-se disso, é mister não ignorá-los nem desafiá-los, mas adensar as resistências. Dizem que quem se gaba de sua felicidade não vê à porta a desgraça iminente. Na verdade, o otimismo só é protetor quando fica na expectativa da adversidade, pronto a reagir. Se esse otimismo apresenta, às vezes, a aparência de uma suficiência descuidada é porque não se vê circunspecta combatividade que o acompanha. Como nenhuma existência é isenta de riscos e quanto mais claramente previr-se, melhor saber-se-á evitar, desviar ou combater, a vigilância permanece judiciosa fora mesmo de qualquer consideração telepsíquica, mas, para o adepto de nossas doutrinas, ela tem a significação de uma salvaguarda, por si própria eficaz, pois considerar e recear suscitam e estimulam pensamentos defensivos e a vontade de repelir o perigo.

Portanto, se é deplorável crer-se a pessoa destinada ao fracasso ou a alguma desgraça, convém porém conservar a noção de sua possibilidade e de conjurar constantemente esta por sua interdição formal. Recear a pessoa alguma coisa, com o sentimento de que não saberia esquivar-se a ela, equivale a aceitá-la e freqüentemente a chamá-la, mas a apreensão suscitadora de



uma vontade imperiosa de afastar disso o objeto torna-se, ao contrário, uma defesa séria. O medo, que paralisa alguns, dá asas a outros.

*

* *

Sabe-se que as pessoas voluntariosas, cujo pensamento habitualmente despótico gera por si mesmo a submissão, conseguem impressionar, desde o princípio, a maior parte daqueles de quem se aproximam. Pode-se notar também que a essas naturezas de sátapras acorrem os mais assombrosos servilismos. Uma mentalidade de senhor feudal improvisa sempre servos. Uma mentalidade servil imanta sempre seu grilhão. Vêm-se outrossim belos devotamentos gastos em favor de indivíduos perfeitamente implacáveis — porque eles assim o são.

O que caracteriza os fortes psiquismos — não os sutis nem os justos — é que estão cheios de si próprios e sobretudo de suas opiniões. Eles vos desencorajam de discutir a vossa porque sentis muito bem a desigualdade da luta. Diz a pessoa: "Eis um homem ou uma mulher de caráter" e apaga-se, ainda que tenha razão. Chamo a esse fenômeno empresa telepsíquica e observo que ocorre mesmo que as relações sejam distantes e mesmo que os dois interessados não se tenham jamais visto. Tais poderosos egotismos perdem-se amiúde por sua própria facilidade volitiva, que os incita mais a exigir que refletir. Isto nos leva à página 15. O vigor propulsivo de seus pensamentos é admirável, mas suas imagens mentais são insuficientemente deliberadas, portantão imprecisas. Eles conseguem muito, mas jamais aquilo que lhes seja exatamente conveniente.

Por outro lado, uma aparência exterior impressionante, a palavra fácil, uma ambiência imponente perdem logo o prestígio se, por trás da fachada, aloja-se uma moral complacente, apática ou medrosa.

Segundo as regras religiosas, obrar é ao que parece rezar, quando o labor se realiza de acordo com um ideal

espiritual. Do ponto de vista de que nos ocupamos, se o trabalho dá lugar a uma emissão psíquica concentrada, esta concorre poderosamente para assegurar ao trabalhador aquilo que ele espera de sua diligência. Acontece que, de uma empresa, calcula-se um benefício que ela não nos dará, mas cujo equivalente nos vem através de uma via imprevista e de aparência fortuita.

*

*   *

Intimamente associada a todas as relações humanas, a influência telepsíquica manifesta-se poderosamente no amor. Os mais ardorosos, sejam eles muito diferentes de Antinoo, Apolo ou Hércules, triunfam facilmente sobre os amorosos tímidos, mesmo belos, daquela beleza que, diz-nos um poeta, eclipsa seus rivais como o sol dispersa as nuvens. Sob a anestesiante emanação do desejo masculino, as resistências femininas fraquejam e abandonam-se, amiúde sem grande dileção, mesmo a despeito de repugnâncias precisas. O grau de atração de cada mulher depende, claramente aliás, de fatores imponderáveis que se distinguem tanto melhor posto quanto excluam com freqüência a beleza, a graça e a distinção.

As afinidades amorosas escapam, na sua maior parte, à análise puramente psicológica porque sua explicação prende-se inteiramente ao exato complementarismo de duas emissões e de duas percipiências psíquicas; do mesmo modo, seu esmorecimento e seu fim procedem de uma recíproca e fatal saturação. Enquanto dura o idílio, os transportes telepáticos espontâneos, as lúcidas intuições, as premonições clarividentes testemunham freqüentemente a *relação* dos dois interessados. E quando sobrevêem os primeiros afastamentos de um deles, imaginativos ou vividos, esse retraimento extrai visivelmente das fibras do outro uma dolorosa dissonância anunciadora de próximas rupturas.



*

*   *

Se a paixão dissocia-se de si própria sob a ação corrosiva do tempo, os sentimentos, ao contrário, ganham em influência pela duração. É teratologicamente excepcional que a indiferença resista longo tempo à afeição e que a antipatia não ceda, algum dia, à bondade. Em todo caso, a benevolência indulgente e a inofensividade, harmonizando o psiquismo individual com as vibrações de mesma natureza, constituem estados preciosamente abdutores. Mas é necessário tomar em consideração que desejo, avidez ou paixão satisfazem-se com seus complementares, sempre caracterizados por passividade moral qualquer. Assim, a fraqueza estimula todos os abusos enquanto que a firmeza os inibe. Eis por que a ingratidão é assegurada exclusivamente às almas demasiado benévolas.

Do que precede, podemos extrair algumas diretivas práticas cuja observância equivale a utilizar, constantemente e sem emissões especiais, a propriedade teleinfluente do pensamento.

Se todas as nossas atividades psíquicas têm uma ressonância exterior, é evidente que para colher disso efeitos desejáveis cumpre aprender a governar as impressões, emoções, sentimentos e imaginação. Governar entende-se aqui em dupla acepção, quantitativa e qualificativa, assim como no sentido de exaltar tanto quanto no de moderar. A pessoa chega ao domínio do seu psiquismo por um esforço constante, apoiado em toda uma série de regras que já defini em volume anterior [1] e sobre as quais não voltarei a falar. Tais regras, que diversos especialistas vulgarizaram antes de mim, não são geralmente compreendidas em toda sua importante finalidade. Conduzir o pensamento implica, entretanto, a possibilidade de um máximo de ação sobre tudo aquilo que nos concerne. Sem falar dessa serenidade interior

(1) *Le Pouvoir de la volonté* (Edições Dangles, Paris).

que sozinha assegura o domínio de si próprio, o indivíduo mais comum, desde que adquira o hábito de liberar a orientação dos pensamentos e de manter-lhe a convergência, exterioriza uma soma considerável de vibrações auxiliares de sua vontade que afetam utilmente todos aqueles que tenham uma ligação qualquer com aquilo que ele quer. O indivíduo torna-se capaz de precisar em imagens cuidadosamente elaboradas o conjunto e os pormenores de seus projetos. A energia psíquica dele, condensada pelo efeito das regras em questão, emite-se poderosamente a si própria através de imagens que forma. O indivíduo opera assim uma ação telepsíquica generalizada de onde segue-se a imantação conhecida pelo nome de "magnetismo pessoal". Alguns — para quem tudo corre bem — a possuem inconscientemente, graças a felizes disposições naturais, mas os mais desafortunados a esse respeito podem estabelecê-la, em si próprios, por plano e por medida.



# Quarta Parte

# INDICAÇÕES COMPLEMENTARES

# XIV

## CONTRA-INDICAÇÕES, OBSTÁCULOS, CONSELHOS

Se não se possui um mínimo de vigor funcional, a fadiga que resulta das emissões telepsíquicas agrava-se facilmente em depressão, graças a que mais de uma desorganização pode sobrevir.

*
* *

Os diatésicos renais e em geral todos aqueles que eliminam mal seriam prudentes se se abstivessem delas. Todo dispêndio cerebral inusitado necessita, com efeito, de um esforço suplementar do rim e de seus auxiliares.

*
* *

A pletora dos intoxicados floridos embota-lhes suficientemente o psiquismo para dissuadi-los da ação à distância. Mas, se casualmente, um deles se empenhasse nisso com muito ardor, haveria sério perigo de congestão.

*
* *

Os agitados, os obcecados, os deprimidos, aqueles cujo pensamento deliberado não tem nenhum poder sobre a impulsividade emocional e imaginativa, agravam

geralmente sem proveito o seu estado praticando a ação telepsíquica. Eles deveriam, antes de tudo, trabalhar para adquirir o autodomínio que lhes falta e sem o qual não há nem elaboração, nem condensação, nem emissão eficazes.

*

* *

Caso a pessoa não saiba dominar-se depois de cada sessão, fixar o pensamento num assunto repousante e, em todo caso, estranho às preocupações em que acaba de trabalhar, pode-se muito bem instalar-se nela a idéia fixa, mãe da demência. A pessoa recupera, aliás, insuficientemente as forças e segue-se a lassidão.

*

* *

Não é raro que, no dia em que alguma coisa não vai como se gostaria que fosse, e mesmo qua a pessoa tenha estado até então profundamente indiferente às questões psíquicas, cuide ela de conseguir um tratado de hipnotismo com a convicção de nele encontrar o meio de resolver, na hora, não importa qual a dificuldade. Entretanto, quem pretenderia estenografar um discurso logo depois de comprar um tratado de estenografia? Não se improvisa ninguém em experimentador de um dia para outro, pelo simples fato de ter necessidade de sê-lo. É preciso esforçar-se a pessoa em compreender, depois em aplicar.

*

* *

Se um químico pretendesse, a pretexto de necessidade imediata, compor um produto em menos tempo que o necessário à sua elaboração, o consideraríamos com inquietude. Entretanto, numerosos são os lógicos que, por estar apressados, pedem à telepsiquia resultados muito mais rápidos que os que o caso permite.

Ter pressa não confere aptidões especiais. Não existem resultados ao mesmo tempo importantes e imedia-



tos em telepsiquia. É a repetição que dá força à sugestão e a assiduidade que confere a facilidade — sempre relativa, aliás.

*

* *

Muitos creem-se incapazes de influenciar. Muitos creem-se capazes, sem esforço apreciável, de exercer efeitos instantâneos e consideráveis. Alguns compreendem a dificuldade, abordam-na resolutamente e investem-se pouco a pouco de inquebrantável constância. Estes últimos colhem o sucesso.

*

* *

Antes de qualquer ação à distância, nunca é demais calcular as conseqüências que teria a aquisição do que se deseja. Algumas são inevitáveis e é bom considerar se não farão pagar caro demais a satisfação de que decorrem; outras podem ser evitadas com a condição de especificar-se a intenção no *plano geral* [1] que já conhecemos.

*

* *

Quase todos nós elaboramos energia psíquica suficiente para obter, por meio dos procedimentos expostos neste livro, resultados decisivos para todo o resto da existência. Mas quanto mais abundante seja a elaboração, mais a tensão de exteriorização será forte. Essa tensão determina impulsos aos quais não se pode pensar sequer em resistir. Entretanto, todas as obras análogas à minha indicam prolixamente que *ceder ao impulso é deixar a energia psíquica desvanecer-se.*

Felizmente as pessoas violentas dispendem em manifestações exteriores, geralmente inofensivas, o formidável dinamismo proveniente de seus colegas. Se sou-

(1) Ver capítulo III.

bessem abster-se de algazarra verbal, socos na mesa e quebra de objetos, poderiam perpetrar os mais deploráveis estragos. *Vigor propulsivo do pensamento, ardor passional, violência de alma* constituem verdadeiros cetros, sob condição de tomar-se a iniciativa de seu manejo.

*
* *

Dominar a espontaneidade é dominar o destino. Aqueles que governam o mundo são pessoas que souberam tornar-se senhores de uma formidável impulsividade inata e transformaram-na assim em potência dominadora e realizadora. Que não me façam dizer que basta alguém dominar-se para governar o mundo. Digo, ao contrário, que a primeira condição para alguém tornar-se um homem eminente é uma animação inata excepcional. Mas sobre o indivíduo rigorosamente capaz de governar-se, do tríplice ponto de vista sensorial, emocional e imaginativo, o destino tem menos influência que sobre os outros. O homem que consegue conduzir o pensamento libera-se de quase toda influência, mesmo coletiva. É pela instauração de um sólido governo interior, o contrário dos ensinamentos libertários, que cada um pode conquistar sua liberdade.

*
* *

Se não podemos mudar radicalmente os elementos psíquicos e psicológicos de que a hereditariedade nos dotou, podemos, com o método, extrair deles um máximo de bons serviços. Assim, exercitando-nos corretamente conforme nossas forças, aumentamo-las e ductilizamo-las.

*
* *

Dispondo de espaço medido, tive de condensar neste volume uma soma de noções acumuladas em vinte anos de observação diária. Não vos espanteis, pois, de serdes algumas vezes obrigados a meditar um pouco sobre o texto para bem compreendê-lo.



# XV

## O DESENVOLVIMENTO DAS APTIDÕES TELEPSÍQUICAS

A prática do hipnotismo propriamente dito — onde agimos sobre sujeitos presentes por meio do olhar, da palavra, do gesto e da vontade — constitui um excelente método preparatório para a telepsiquia. Todas as faculdades mentais ativas são nele exercitadas, em particular a atenção, o juízo e o valor volitivo. É uma psicoginástica racional e sintética que aprimora as qualidades intelectuais, fortalecendo o que chamamos força de caráter. A prática do hipnotismo comporta todos os esforços de iniciativa, de discernimento, de controle de si mesmo e de influência sobre outrem, suscetíveis de concorrer para a formação de uma poderosa personalidade. Eis por que o caminho mais curto para tornar-se alguém um bom telepsiquista consiste em entregar-se assiduamente ao hipnotismo direto. Um homem acostumado à prática dos procedimentos ordinários da hipnotização sabe pensar com todo o ardor, com toda a precisão necessários para agir à distância.

Múltiplas considerações podem dissuadir ou deter o principiante. Primeiramente, dificuldades de encontrar sujeitos. As pessoas assaz sensíveis às manobras hipnóticas de um novato, para experimentar, de pronto, efeitos peremptórios, são pouco numerosas. Existem, assim mesmo, 15% mais ou menos e entre essas quinze encontram-se duas ou três que uma criança hipnotizaria sem dificuldade. Aliás, por um fenômeno fácil de com-

preender, a maior parte das pessoas cuja impressionabilidade permite sejam facilmente afetadas deixam-se em geral decidir mais depressa que os refratários em permitir que se tente hipnotizá-las. Nas sessões públicas, quando o experimentador convida aqueles dos assistentes que desejem pôr à prova sua sugestibilidade a subirem ao palco, são quase todos bons sujeitos os que se apresentam. Na vida privada se reconhecem esses predispostos. Algumas indicações sobre sinais reveladores a pesquisar darão, sem dúvida, prazer a mais de um leitor.

Malgrado o que se possa dizer das teorias — necessariamente destinadas a desaparecer para dar lugar a outras, à medida que a experiência vem modificá-las — é um quadro teórico que os fatos ordenam-se melhor. Utilizarei então um esquema que me é familiar: os dos quatro meios de influência.

Em cem indivíduos tomados ao acaso, alguns parecem particularmente sensíveis às ações sensoriais, aquelas que procedem da periferia nervosa rumo ao centro; por exemplo, a fixação de um ponto muito brilhante ou a pancada de gongo. Sabe-se como é avultado o número de pessoas com trauma de guerra: um estrépito próximo as congelava, estupefatas, na atitude cataléptica. O doutor Mesnet, de outra parte, forneceu um exemplo de hipnose espontânea por luz forte. No seu livro *Le Somnambulisme Provoqué,* descreve o caso de um chefe de estação fascinado por um projetor de locomotiva e esmagado por esta, antes de dar o último suspiro, ele declarou ter perdido a consciência desde o choque ofuscante do farol em sua retina até o momento em que recuperou a consciência no hospital.

Outras pessoas mostram-se mais ou menos refratárias a todo procedimento diferente da sugestão, a qual, inversamente aos procedimentos sensoriais, atinge diretamente o órgão central para reagir em seguida sobre o sistema nervoso de modo centrífugo. Observam-se também pessoas, pouco afetadas de outra maneira, nas quais as projeções magnéticas repercutem em alguns minutos.



Por fim, a ação puramente psíquica — a sugestão mental — tem também seus predispostos. Acrescentamos que se encontram, com bastante freqüência, sujeitos influenciados de maneira quase igual por dois ou três desses quatro procedimentos.

Eis, agora, as observações a reter para julgar a aptidão de manifestar os fenômenos estudados em psiquismo.

Em primeiro lugar, digamos que um sistema nervoso bastante sensível às ações sensoriais para que um estado segundo se siga está necessariamente avariado ou excessivamente deprimido. Hereditariedade alcoólica ou específica, degenerescência da célula nervosa, hiperestesia estão sempre ligadas à hipnotizibilidade sensorial. Eis por que Charcot e sua Escola estavam em desacordo com Liébeault e Nancy: na Salpêtrière experimentava-se com histéricos, hebefreno-catatônicos — com anormais — exclusivamente. Em Nancy, o terreno experimental mais largo compreendia toda a espécie de doenças. Eis igualmente por que Babinsky e os neurologistas do século XX dizem: sugestibilidade = histeria = pitiatismo: eles trabalham unicamente o terreno nervoso.

Existe um meio bem simples de saber se a excitação de um sentimento induziria o sujeito observado à hipnose: colocai-o de maneira que seu campo visual seja impressionado por uma tapeçaria, um tecido de listas verticais alternadas, preto e branco, azul-escuro e branco. etc. A pessoa normal só acusaria uma fraca perturbação visual. Num sujeito sensorial, notar-se-á alteração acentuada do sistema nervoso: diminuição das associações de idéias, hebetismo, torpor e às vezes até mesmo alucinações espontâneas. Passemos ao diagnóstico da sensibilidade à sugestão. A meu ver ela se mede conforme a aptidão mais ou menos acentuada para monoideísmo espontâneo. Os sinais exteriores que a revelam são os seguintes: rostos ovais ou triangulares, em oposição às fisionomias redondas ou quadradas; predominância, nas linhas da face, de contornos elípticos sobre contor-

nos retilíneos; altura insuficiente do terço superior do rosto ou excesso de terço inferior (nestes dois casos, o sujeito é também um predisposto ao hipnotismo sensorial); orelhas desprovidas de dobras, de lóbulos, ou ambos; polegar esguio ou curto. Linha mental tênue ou ausente. O nariz fornece igualmente um indício; os sugestionáveis encontram-se, em proporção notável, entre pessoas cujo órgão olfativo ostente ou forma convexa com terminação pontuda, ou forma côncava com terminação redonda.

De todos esses sinais, cada um dá uma aproximação. Se o mesmo indivíduo apresentar vários deles, será, sem nenhuma dúvida, um "sujeito".

Uma outra idéia inibidora retém freqüentemente os principiantes. É o medo do ridículo, na aparência inevitável, do fracasso. O hipnotizador, conhecido como tal, e cuja habilidade é admitida, não provoca nenhuma manifestação de zombaria quando seus esforços não atingem o efeito que se esperava. O recém-chegado, ao contrário, ouve rirem dele a cada experiência ineficaz. Isso porque, para o espírito vulgar pretender hipnotizar é vangloriar-se de um poder quase sobrenatural. Não riem as pessoas de um fracasso, mas de uma pretensão que julgam absurda.

Na verdade, a prova merece ser arrostada, nem que seja apenas para exercitar-se o principiante quanto à confiança e impassibilidade. Mas, nada o impede de proceder com circunspecção e de escolher, para os primeiros ensaios, um indivíduo que apresente os sinais de que já falei. Aliás, o risco dura pouco. Desde que um cidadão alcance êxito numa só hipnotização pública, os mais exaltados em zombar-lhe das tentativas consideram-no com estupefação. A rotina intelectual enclausura tantos cérebros que aquele que dela se liberta assaz manifestamente para tomar a iniciativa de praticar alguma coisa de tão insólito quanto a hipnotização, provoca sempre pasmo.



Ainda que o caminho precedente continue o mais preparatório para a telepsiquia, de vez que se pode formar um experimentador em menos de um mês, existem outros métodos que podemos utilizar, sem ninguém saber. Primeiramente, a conformidade aos princípios da *Education psichique*, elementares, tais como os expus em minha obra *Le Pouvoir de la Volonté*. Em seguida, a prática habitual de certas regras cujas indicações são as seguintes:

### 1.º O silêncio

Não se trata de tornar-se a pessoa anacoreta, nem mesmo estritamente lacônica. É sobretudo a intimidade moral e intelectual que deve ficar silenciosa e recusar-se a toda confidência, a toda expressão verbal, a todo estabelecimento de contato. Isso contém numerosos movimentos afetivos exteriorizadores de dinamismo psíquico e opera uma condensação metódica susceptível de armar os mais fracos. A espontaneidade oral deve igualmente ser dominada por um esforço de atenção que substituirá sempre, por palavras refletidas, as que tendem a sair num primeiro impulso. Novo esforço, nova contenção, novas unidades de energia que se condensam.

### 2.º O ficar-só [1]

Uma vez acostumados à regra precedente, completamo-la por retiros periódicos para a solidão. Fique bem entendido que, para evitar essa desordem intelectual a que chamamos devaneio e que transgride, insidiosamente, as regras do silêncio, fixaremos uma orientação deliberada a nossos pensamentos. Por exemplo: meditação sobre planos de próxima realização, revisão mnemônica das incitações ou veleidades experimentadas desde a precedente revisão análoga (o que permite eliminar as influências estranhas), exercícios de treinamento respiratório ou de imaginação ativa.

(1) Não emprego aqui a palavra isolamento usada em psiquismo para designar o exercício descrito na página 29.

Essa prática, o ficar-só, agrega solidamente os elementos psicológicos da personalidade, previne os desvios, as dispersões, as dissociações, em suma, fortifica o essencial do "eu".

### 3.º Respiração

Conhecem-se os efeitos perturbadores da atenção sobre o ritmo respiratório. Sabe-se, por outro lado, que todo ato de telepsiquia voluntária requer uma atividade prolongada da atenção. Com tonificar os músculos que comandam a inspiração, fica-se em estado de efetuar emissões telepsíquicas mais vigorosas, mais demoradas, e não experimentar nisso a menor fadiga. Ativa-se também, consideravelmente, a elaboração da força nervosa cujo papel principal foi definido no capítulo III. Eis por que todos os métodos de ioga, de faquirismo ou de simples magnetismo animal insistem tanto na oportunidade dos exercícios respiratórios.

Mil variedades de exercícios foram propostas. O leitor não terá portanto senão o embaraço da escolha. Insisto contudo em dizer que basta respirar longa e *atentamente* dois ou três quartos de hora por dia. O movimento — o andar, especialmente — pode ajudar nisso.

Os esportes tais como são compreendidos atualmente, levam a um atletismo quase unicamente muscular e aliás passageiro. Em todo caso, eles são concebidos numa acepção totalmente diferente da prática do psiquismo. Só a ginástica chamada sueca permanece compatível com nossos ensinamentos. Ela aumenta as resistências fisiológicas sem alterar nenhum órgão sobrecarregando-o.

### 4.º Imaginação

Vimos no capítulo II que é preciso exprimir em imagens o que se quer sugerir. Não se chega a isso sempre desde logo. Os pintores e os escultores, ainda que visual-



mente bem dotados, exercitam-se longamente em fixar no seu espírito linhas, cores e planos antes de chegar a *ver* com exatidão. Pouco a pouco, tornam-se capazes não só de *reter* mas de *criar*.

O praticante da telepsiquia deveria educar, de maneira análoga, suas faculdades de imaginação. Ao cuidar disso, ele deverá observar o hábito de considerar atentamente os caracteres morfológicos das coisas e dos seres. Deverá utilizar os momentos de recolhimento para recordar objetos, pessoas, cenas. Evocará rostos ausentes e pormenorizará seus traços.

Para completar esse treinamento, pode-se adaptá-lo ao ouvido, ao odor, ao tacto e mesmo ao paladar.

5.º A vida fornece diariamente diversas ocasiões de usar-se a ação mental. Ensaiando, a princípio, esforços breves e fáceis, depois mais e mais longos e complexos, conclui-se o treino, o que não quer dizer que cumpra deixar de exercitar-se. Bem ao contrário, convém sustentar ativamente todas as faculdades que concorrem para a influência telepsíquica.

# XVI

## A TELEPSIQUIA DOS EMPÍRICOS

Toda a gente conhece, se não por verificação direta ao menos por testemunho, os fenômenos atribuídos a esses empíricos condecorados com o nome de feiticeiros, cuja raça perpetua-se, malgrado a difusão da escola primária [1] e do Positivismo [2], em algumas de nossas regiões, especialmente na Bretanha e Ibéria.

Abstração feita das fantasmagorias acrescentadas pela lenda, dos ingredientes botânicos ou outros ingredientes que expliquem suficientemente a eficácia de alguns "sortilégios", permanece inegável que pessoas incultas e crédulas conseguem agir, sem tocá-los ou sequer vê-los, sobre aqueles que tenham decidido afetar.

O tipo do feiticeiro e a origem de doutrinas transviadas que lhe inspiram as práticas foram estudadas com admirável sagacidade e documentação impressionante por Stanislas de Guaita.[3] Tenho, como este último, a certeza de que um mundo supranormal de seres e de energia contribui, às vezes, para as obras de feitiçaria.[4] Mas as propriedades do psiquismo humano, tais

(1) No exame a que os recrutas foram submetidos ao entrarem para seu regimento, comprovou-se 25% de analfabetos.

(2) Há, na França, alguns milhões de pessoas que creem na existência do diabo e transmitem aos filhos essa convicção.

(3) Ver, desse escritor, *La Clé de la Magie Noire.*

(4) Ver *Science occulte et Magie pratique,* do mesmo autor (Edições Dangles, Paris).

como as encaramos neste livro, por si sós bastam para explicar muito bem a quantidade de efeitos ordinariamente obtidos pelos devotos do formulário mágico, em particular todas as perturbações ou sugestões que sabem infligir aos homens e aos animais.[5]

Abramos um *Dragon Rouge* ou qualquer outro manual de magia. Veremos que, para conseguir o menor resultado, o experimentador deve cumprir uma longa série de atos difíceis, penosos, perigosos, impressionantes, sempre de modo a exaltar consideravelmente sua paixão.

É preciso procurar e recolher, em momentos precisos, flores singulares, sacrificar ritualmente certo animal para extrair-lhe o sangue ou os órgãos, visitar sepulturas de noite a fim de obter ossadas ou pregos "do caixão de um homem morto sem confissão durante o ano".

Depois de ter reunido as substâncias, tão numerosas quanto heteróclitas, requeridas para os malefícios, o feiticeiro as deve consagrar aos Poderes das Trevas, misturá-las e saturá-las de influxos — eis por que a mistura se acompanha de imprecações. Nesses casos, deve-se acrescentar quase sempre algum objeto sobre o qual se fará dizer uma missa, sem conhecimento do padre, dissimulando-o sob o altar antes da cerimônia. Antes de tudo, uma primeira iniciativa, bastante delicada, é imposta ao feiticeiro: obter da pessoa que ele quer atingir, cabelos ou peças de vestuário com os quais conte para estabelecer a *relação*.

Tudo isso exige dele, durante dias, semanas, uma atenção constante, fixamente orientada, de violentos esforços de vontade — que lhe testemunham a implacável resolução. A obsessão do que ele quer conseguir aumenta à medida que a operação prossegue. Como ele

(5) O animal sente a ação telepsíquica do homem e é por intermédio dessa influência que se estabelece a autoridade humana. Ver a obra pré-citada.



crê inteiramente na gravidade de suas profanações, sacrilégios e invocações ímpias, sua imaginação permanece fremente e ressoa na sua emotividade, que vibra intensamente. E a cega confiança que ele depõe em suas práticas, no irresistível poder de que crê dispor cumprido-as, dá-lhe ao pensamento uma firmeza inquebrantável.

Assim, o *modus operandi* de muitas receitas supersticiosas identifica-se perfeitamente com o do psiquismo metódico. As fórmulas do oficiante agem antes de tudo sobre ele próprio. Na sua alma, ao mesmo tempo primitiva e apaixonada, determinam elas frenéticos impulsos cujas repercussões telepsíquicas atingem amiúde com mais vigor que uma emissão sistemática. É sem dúvida decepcionante, mas o ignaro, o estúpido, o delirante feiticeiro obtém o que tantos homens cultos, racionais, mas tíbios e sem convicção, não conseguiriam. Para ter êxito das operações de feitiçaria, é preciso estar predestinado, quer dizer, predisposto por uma natureza como as que só algumas regiões semi-selvagens podem conformar.

Recordemos, para tranquilizar os temerosos, que segundo uma lei de todo comprovada, nenhuma pessoa poderia afetar telepsiquicamente um ser consideravelmente mais sutil que ela. Aqueles que me lêem e me compreendem podem, portanto, considerar-se como inacessíveis a toda empresa maléfica de pessoas que são certamente muito menos evoluídas que eles.

## XVII

## NEGADORES E DETRATORES

Pode-se dizer que, em matéria filosófica, metafísica ou religiosa, a *ultima ratio* de qualquer opinião não é senão o temperamento. As reviravoltas mais completas explicam-se pela evolução deste último. Esse subjetivismo, que não tem nada de anormal num domínio ideológico, torna-se dificilmente admissível quando se estende à ciência experimental.

Todavia, a corporação dos sábios alternadamente rejeitou, admitiu, tornou a rejeitar a realidade dos fenômenos do magnetismo animal para dar-lhe enfim, depois dos trabalhos de Braid, por volta de 1742, um selo oficial, que só deveria ser *provisoriamente* definitivo. O hipnotismo teve então, no mundo científico e médico, uma voga considerável. Era uma questão de moda. Atribuía-se, ao hipnotismo, um alcance que lhe excedia consideravelmente os limites:

"A descoberta do Dr. Braid, escrevia, em resumo, o Dr. J. P. Philips [1], tem uma importância bem diferente das que acabam de descobrir-lhe alguns cirurgiões franceses. A menos que sejam simples praticantes sem cultura intelectual, eles deveriam reconhecer que tal descoberta constitui a conquista mais vasta que hajam

---

(1) Dr. J. P. Philips — *Cours théorique et pratique de Braidisme,* Paris, J. -B. Ballière, 1860, 1 volume in- 8.º.

ainda realizado ou previsto a Medicina, a História Natural e a Filosofia."

O vento mudou. Bastou que um neurologista eminente desejasse distinguir-se e eclipsar seus predecessores com novas teorias — *Magister dixit.* A pura ortodoxia da Faculdade ordena, *de momento*, a seus devotos sectários que se mostram pelo menos dubitativos quanto aos fenômenos hipnóticos. Assim podemos ler, sob as assinaturas dos senhores F. — Achille Delmas, antigo chefe de clínica de doenças mentais da faculdade de Medicina de Paris, médico dos Asilos, e Marcel Boll, professor agregado da Universidade, doutor em ciências, as seguintes declarações [1]:

"Nós não conservamos *nada* [2] da hipnose, tal como se acreditou compreendê-la, pois ela baseia-se em interpretações errôneas (...) A hipnose é a *simulação* [3] do sono sonambúlico por "sujeitos" perfeitamente despertos: só resta ao "hipnotizador" a alternativa de ser ou *cúmplice ou o papalvo* [4] de seu sujeito." É peremptório, mas os autores bem que deveriam fazer-nos conhecer de quais pesquisas experimentais tiraram suas afirmações. Em particular, procuraram eles verificar *pessoalmente*, pela aplicação dos procedimentos hipnóticos numa centena de indivíduos escolhidos ao acaso, a realidade ou a inexistência da hipnose? É duvidoso.

A hipnose é, dizem eles, simulação. Certo. Os companheiros deles de há oitenta anos atrás eram então alucinados. "Em 12 de abril de 1829, escreve Cullerre [5], "o

(1) *La personnalité humaine*, por F. - Achille Delmas e Marcel Boll. Flammarion editor, Paris, 1922.

(2) Sublinhado por mim. P.-C.J.

(3) Sublinhado por mim. P.-C.J.

(4) Sublinhado por mim. P.-C.J.

(5) Dr. Cullerre, *Magnetisme et Hypnotisme*, Paris 1887, J.-B. Baillère editor.



Dr. Cloquet fez uma operação de câncer no seio de uma senhora de sessenta e quatro anos de idade, enquanto ela estava imersa no sonambulismo. Ela não sentiu nenhuma dor e não conservou lembrança alguma da operação. Em 1846, o Dr. Loysel, de Cherburgo, extirpava um tumor da região mastoidiana de uma moça de trinta anos, adormecida. Ao despertar, ela declarou que não sofria, que não havia sentido nenhuma dor e que não conservava lembrança alguma do que acontecera. O mesmo cirurgião, em alguns meses, completou sua décima segunda operação praticada durante sono hipnótico. Na mesma época, Fanton, Toswel e Joly, de Londres, fizeram, em condições semelhantes, a amputação de duas coxas e um braço. Em 1847, dois médicos de Poitiers, os senhores Ribaud e Kiaro, operando uma jovem acometida por tumor no maxilar, fizeram, numa primeira sessão, a incisão do tumor, numa segunda a extração de um dente; na terceira, a extirpação do neoplasma, tudo sem dor, graças à hipnose. Esse longo e cruel trabalho, lê-se no resumo da *Gazzette des Hôpitaux*, seria mais parecido com uma lição de dissecação feita a alunos do que operação praticada num corpo com vida. Aos 4 de dezembro de 1859, os senhores Broca e Follin praticaram, em Paris, a incisão de um abcesso no ânus de uma mulher de 40 anos, hipnotizada. A operação completou-se sem dor. Alguns dias mais tarde, o Dr. Guérineau, de Poitiers, amputou a coxa de um homem durante a anestesia hipnótica. O paciente não experimentou nenhuma dor, mas teve consciência da operação. Senti, disse ele, que me operavam [1] e a prova é que a coxa foi cortada no momento em que vós me perguntáveis se eu sentia qualquer dor. Dr. Esdaille, cirurgião dos Hospitais de Calcutá, executou, em seis anos, durante essa mesma época, seiscentas operações, sem dor, pelo hipnotismo, sob o controle de uma comissão de médicos, de cirurgiões e de cientistas, nomeada, a seu pedido, pelo governo [1]".

(1) Dr. Cullerre, loc. cit.

Os senhores Achille Delmas e Marcel Boll dirão que em todos os sujeitos em questão, a simulação impulsionou até a fingir insensibilidade, enquanto o escalpelo, as serras e as raspadeiras dissecavam suas carnes? Compreender-se-ia nesse caso que os médicos que os operaram encontravam alguma vantagem em serem cúmplices ou enganados. Que cúmplices e que logrados há no corpo médico! Para não citar senão os principais, nomeemos os doutores:

Azam, Barćty, Beaunis, Bérillon, Bernheim, Binet, Bottey, Bourneville, Bourru, Brierre de Boismont, Broca, Burq, Burot, Charcot, Clocquet, Cullerre, Croq, Demarquay, Dutmontpallier, Dupouy, Dupuy, Durand de Gros, Eliotson, Esdaille, Esquirol, Féré, Gigot-Suard, Gilles de la Tourette, Giraud-Teulon, Grasset, Guérineau, Janet, Liébeault, Luys, Magnin, Mesnet, Maricourt, Pitres, Regneard, Richet, Richet Velpeau e Voisin.

Certamente as teorias emitidas por todos esses praticantes foram sendo pouco a pouco revisadas, no sentido que indiquei no capítulo V[1] e, entre os fatos por eles observados, a mitomania e a simulação tiveram, sem dúvida alguma, um papel considerável; e é absolutamente certo que a hipnose existe, e os verdadeiros ludibriados não são aqueles que alguns pensam. Aliás, basta experimentar para verificar que, a despeito de toda negação, o hipnotismo subsiste por fatos que não se poderiam suprimir com um traço de pena.

*

* *

Pode-se dizer o mesmo da ação telepsíquica, qualquer que seja o presunçoso desdém da Faculdade e, em particular, o dos Srs. Achille Delmas e Boll por "essas interpretações tendenciosas de coincidências enfeitadas com o nome de telepatia".[2] A quem faremos admitir que, entre os milhares de observações e experiências re-

(1) Página 51.

(2) Achille Delmas e Boll. *Loc. cit.*



latadas nas obras indicadas às páginas 18 e 19, não haja *ao menos um fato* comprobatório. E tal fato, ainda que rigorosamente isolado, bastará para decidir qualquer homem mais preocupado com a verdade do que com os caprichos da ciência oficial a tentar reproduzi-lo para sua convicção pessoal. É isso que faço, é o que, desde há muito tempo, em lições orais e hoje com a obra presente, incitei aqueles que o desejem repeti-lo. Assim talvez conseguirei, suscitando novos e numerosos experimentadores, lançar novas luzes sobre a questão, tão atraente, da *influência recíproca que exercemos todos, conscientes ou inconscientemente, uns sobre os outros.*

# Livro II

## CURSO SUPERIOR

# INTRODUÇÃO AO LIVRO II

*Os dezessete primeiros capítulos, que constituem o Livro I deste tratado, foram compostos em 1925.*

*Bem antes de sua publicação, múltiplos correspondentes me escreviam visando a obter instruções práticas sobre a influência telepática. Veio-me então a idéia de condensar em um volume todas as indicações necessárias ao experimentador.*

*Vinte anos se passaram. A reimpressão desta obra abre-me a possibilidade de a completar. A ela anexo, pois, um Livro II onde se encontrará uma série de comentários e de desenvolvimentos que me inspiraram, de uma parte, a continuação de minhas observações e de outra parte, diversas questões que me foram endereçadas pelos leitores da edição primitiva.*

*O domínio das ciências psíquicas é vasto. Cada um de seus ramos tem seu atrativo particular. Aquele que se impôs, desde 1904, no primeiro plano de minhas investigações, foi a telepatia, essa estranha propriedade, essa subseqüência inegável, verificável, da vida intelectual e afetiva. À exposição inicial do Livro I, a experiência adquirida desde a sua produção não me sugeriu modificação alguma: confirmou-me a realidade de tudo o que eu ali afirmava e à eficácia dos procedimentos que ali são revelados, pois, em razão de numerosos testemunhos, posso dizer que a sua prática permitiu àqueles que a*

*nisso conscientemente se conformaram, determinar os resultados que tinham em vista.*

*O que se segue pressupõe, da parte do leitor, uma integral compreensão prévia de tudo o que se encontra exposto no Livro I.*



# I

# DISPOSIÇÕES NATURAIS E DISPOSIÇÕES ADQUIRIDAS

*Analisai vossa condição psíquica. — Um teste. — Governar o pensamento. — As fontes do pensamento. — Bases fundamentais da aptidão para a telepsiquia deliberada. — O posto de comando, — Condições necessárias a toda intervenção eficaz.*

**Analisai vossas condições psíquicas**

Inconscientemente, cada qual emite uma influência telepsíquica. Nossas intenções, nossas aspirações, nossa avidez, nossas aversões, a orientação fixa ou divergente de nossos pensamentos se exteriorizam e agem mais ou menos sobre aqueles que delas são o objeto; poderosamente, se forem ardentes, firmes, constantes; fracamente, se forem volúveis e múltiplas. Cada indivíduo tem sua influência pessoal, bem particular, da qual resulta a impressão que ele produz, as simpatias ou antipatias que determina, o grau de autoridade de que goza, não em razão de um título ou galão, mas pela irradiação diretamente humana de sua personalidade.

Entre aqueles que querem utilizar a telepsiquia, com propósito deliberado, seja para influir sistematicamente os outros, em geral na vida cotidiana, seja eventualmente, com vistas a uma decisiva empresa determinando alguém, encontram-se os bem-dotados, porque vieram ao mundo com uma estrutura física robusta e dominadora, como alguns nascem com uma estrutura muscular possante e uma carburação supra-renal abundante, o que se

traduz por uma aptidão inata para o esforço, o trabalho encarniçado, as lutas obstinadas, as iniciativas corajosas. Inversamente, em alguns, a clareza, o espírito, a determinação, o ardor devorante permanecem incertos ou fugidios porque os componentes de seu condicionamento psíquico carecem de vitalidade ou de homogeneidade.

Mas, os menos bem-dotados se experimentam o gosto do poder mental, possuem a mais importante das disposições, pois se esse gosto preocupa-lhes o espírito constantemente, impulsiona-os o suficiente para levá-los a realizar, primeiro com dificuldade, depois com mais e mais vigor e obstinação, os esforços indispensáveis ao desenvolvimento do vigor psíquico. É exatamente como o tímido, trabalhando sem tréguas pela obsedante ambição de possuir a mais imperturbável segurança. Cada vez que ele se sente perturbado na presença de alguém, sente, por seu estado, uma aversão profunda. Obscuramente, tenta atrever-se, procura e encontra indicações metódicas para reagir e, às vezes, companheiros dotados de ousadia, em companhia dos quais, como o exemplo é contagioso, ele se adestra inconscientemente para superar sua impressionabilidade. Com o tempo, o tímido se transforma e vem o dia em que não está mais no poder de quem quer que queira impressioná-lo o mínimo que seja, em que ele fala a um auditório com o mesmo desembaraço que a seus íntimos e possui, em definitivo, um grau de segurança superior ao de um ser normal.

Assim, os últimos podem tornar-se os primeiros em matéria de telepsiquia, se o desejo que os anima, de exercer eficaz e deliberadamente essa influência, predominar no fundo deles próprios.

Bem antes dos trabalhos de Adler e da definição do complexo de inferioridade, muitos psicólogos haviam observado que numerosos indivíduos afligidos por uma insuficiência, debilidade ou enfermidade física ou psíquica, esforçavam-se por compensar essa desvantagem mediante a aquisição, ao preço de uma aplicação tenaz, de esforços laboriosos, de um grau de capacidade acima



do ordinário, de uma supremacia qualquer. Por que alguns reagem assim? Porque não somente avaliam e sentem com acuidade o que sua condição tem de aflitivo, mas ainda porque uma perpétua revolta interior os faz insurgirem-se contra tal estado, galvaniza-lhes as energias, orienta-lhes os pensamentos para a posse de alguma indiscutível virtuosidade ou superioridade.

Durante toda a minha vida, vi impressionantes exemplos de tais evoluções; algumas eram precoces, outras tardias, mas todas pareciam surpreendentes. É de notar que bom número desses reerguimentos foram algumas vezes desencadeados, amiúde ativados pela leitura de um ou diversos tratados de educação mental, leitura que fez "brotar" a faísca e aparecer claramente ao espírito possibilidades até então confusamente suspeitas.

Os privilegiados de que eu falava no começo deste capítulo, aqueles cuja hereditariedade os dotou de uma estrutura física robusta, vigorosa e dominadora, não se revelam beneficiados de maneira absoluta, pois a energia que os anima suscita-lhes quase continuamente pensamentos e atos impulsivos. Em conseqüência, a influência deles só se exerce conscientemente em certos domínios, com a exclusão de alguns outros. É comum verem-se homens autoritários e mesmo despóticos no exercício de suas funções profissionais, mas estranhamente passivos sobre outros aspectos. Como o império que eles têm sobre si próprios não é contínuo, se dominam bem algumas espontaneidades secundárias a fim de as subordinar a outras mais importantes, deixam outras desabrochar em automatismos escravizantes. Se eles possuem, no que concerne à sua profissão ou aos seus negócios, uma notável capacidade de concentração mental, essa capacidade se eclipsa quando tentam fixar longamente a atenção num sujeito que não lhes é familiar, desviá-la voluntariamente de uma preocupação importuna ou, mais ainda, quando tentam suspender voluntariamente o curso de seus pensamentos, o que, digo-o novamente, constitui uma das práticas essenciais da experimentação telepsíquica.

Só se faz bem aquilo por que se sinta atração. Mesmo que fossem dotados dessa "forte estrutura" que descrevi, não se encontram nas melhores disposições aqueles que vêm a recorrer aos procedimentos descritos na primeira parte deste livro unicamente em desespero de causa, porque esgotaram todos os outros meios de conseguir este ou aquele resultado. A menos que a execução dos procedimentos em questão lhes inspire, por si só, um vivo interesse.

Ao contrário, o menos dotado a quem seduz a idéia de manipular o fenômeno telepsíquico, de exercer sua aptidão de utilizá-lo, de treinar-se em superar as dificuldades inseparáveis da prática, progride rapidamente.

Insisti, no decorrer do Livro I, sobre a importância da intensidade do ardor ambicioso e da precisão das imagens mentais. Há um terceiro elemento que, em muitos casos, representa um papel importante e algumas vezes essencial. É a representação do estado psicológico do sujeito, coisa que necessita de uma avaliação caracterológica sagaz deste, principalmente de seu grau de sensibilidade e sutileza.

O operador que, fazendo abstração de sua própria mentalidade, pode colocar-se, por assim dizer, "na pele" do sujeito que procura influenciar, esforçar-se-á por evocar-lhe o estado de alma exato e transmitir-lhe assim pensamentos de molde a encontrar ressonância imediata em sua vida interior. Consagro mais adiante um capítulo especial a esse "sintonismo".

### Um teste

Vossa atividade psíquica, vossas emoções, sentimentos, avidez [1], aversões irradiam-se para o exterior de vós mesmos e tendem a despertar uma ressonância nas disposições de espírito daqueles que delas são objeto. Um

(1) Para precisar a acepção que dou às palavras "avidez" e "aversão", reproduzo aqui a definição que dei em *Aptitude à l'Effort réalisateur*: É no sentido do psiquismo que são, ao mesmo tempo, sentidos e representados com mais ou menos veemência e precisão:



agente universal, veículo comum de todas as irradiações humanas, como o éter dos físicos e o veículo comum de todas as emissões, de todas as estações de emissão radiofônicas, coloca-vos em contacto constante com todos. Esse agente não deve ser considerado como simples hipótese, como uma concepção oportunamente explicativa, pois, tão longe quanto alcancem na noite do passado as investigações da História encontramo-lo mencionado nos escritos de uma cadeia ininterrupta de sábios e filósofos [1]. Longe de encontrar-se isolado, como que no meio do deserto, longe de encontrar-se reduzido a apenas os seus meios físicos, o homem mais deserdado, mais oprimido, mais ignorado usa inconscientemente esta propriedade normal do psiquismo humano de influir invisivelmente numa área extensa. No mesmo dia em que ele toma consciência de tal fato e da possibilidade de intensificar, dirigir, concentrar deliberadamente sua influência, seu horizonte alarga-se consideravelmente. Tudo se lhe apresenta sob um ângulo novo. Não existe descoberta mundial que tenha para ele tamanha importância. Com ela sonhará ele simplesmente, alimentando seus devaneios com leituras adequadas, com a fala que prodigalizam muitos conferencistas especializados ou com conciliábulos no seio de qualquer "círculo de estudos", ou então *passará, de imediato, à experimentação,* secretamente, sem procurar aprovação, confirmações, sem se deixar nem desviar nem distrair da prática silenciosa e assídua. Primeira prova de nosso "teste".

— as elatividades sensoriais e emocionais;
— a atração das apropriações materiais, das apropriações intelectuais e estéticas, dos contentamentos afetivos e das qualificações que tornam possíveis tais abstenções e satisfações;
— a ambição das diversas modalidades da virtuosidade, da supremacia ou da potência;
— o gosto das realizações construtivas, da organização e da criação;
— o interesse investigador, orientado para a extensão do conhecimento;
— as aspirações idealistas, espirituais ou místicas;
— enfim, a aversão por tudo o que se tende a cessar ou evitar sofrer.

(1) A título documentário, indico àqueles que gostariam de verificar esta asserção a obra em três volumes, de Stanislas de Guaita, *Serpent de la Genèse*.

Em segundo lugar, tendo admitido a possibilidade de obter, pela ação telepsíquica, um resultado particular, a idéia de pôr-se pessoalmente ao trabalho nesse sentido, no de exercer por si mesmo a influência, de realizar o esforço necessário para isso, *acorda no homem um sentimento análogo ao gosto de afadigar-se em prol da virtuosidade que é típico do artista,* ou continua ela em estado de veleidade com tendência a esquivar-se da dificuldade e de recorrer à intervenção de um terceiro.

Com a ajuda dessas considerações, o leitor apreciará em que medida pode encarar suas disposições como efetivas.

## A dificuldade

Bastam algumas tentativas experimentais para que se tome consciência da principal dificuldade que cumprirá sobrepujar. Na verdade, toda gente topa com essa dificuldade. Assim, quando tenta a pessoa manter longamente a atenção fixa numa questão estranha àquelas sobre as quais está habituada a pensar, apercebe-se ela quanto de esforço isso exige. O mesmo acontece quando se procura desviar o espírito de uma preocupação obsedante. Isso não tem nada de anormal, pois a atenção *voluntária* necessita sempre de uma reação contra o nosso natural. A criança se vê compelida a essa reação desde que entra na escola. Aliás, o seu único modo de atenção era a atenção *espontânea,* aquela que punha nos seus jogos, por exemplo, ou no exame de objetos, de espetáculo cujo aspecto lhe captava o espírito. Desde o sexto ano de idade, exige-se dela que sobrepuje toda distração e tenha os olhos fixos no quadro negro, no modelo alfabético; impõe-se-lhe o diferenciar, com precisão, letras e sílabas, associando a cada uma sua consonância ou sonoridade. Eis uma restrição penosa da qual a criança se sente feliz em estar momentaneamente liberada quando soa a hora do recreio.

Em todas as etapas da escolaridade, da iniciação até a vida profissional, a mesma dificuldade surge cada vez



que seja necessário assimilar novos conhecimentos, aplicar-se à execução de tarefas não-habituais ou esforçar-se por resolver um problema diferente de todos os precedentes.

Tudo isto implica que, de bom ou mau grado, cada um se vê na obrigação, ao menos em certas horas, de *governar o pensamento,* de orientá-lo e de mantê-lo deliberadamente fixo neste ou naquele assunto, freqüentemente desprovido de atrativo, às vezes mesmo de uma extrema aridez.

É diante de uma dificuldade da mesma ordem que se encontra o experimentador iniciante; ainda que adestrado na concentração voluntária do pensamento em tudo o que comporta sua profissão, ele se apercebe de que ninguém consegue de improviso fixar a atenção numa categoria de imagens mentais que não está treinado a representar-se e a manter sem interrupção na tela da imaginação.

Que ele se obstine, reitere cada dia sua tentativa, prolongando-a tanto quanto possa, e não tardará a verificar que, aqui como alhures, a aplicação assídua cria a aptidão, a possibilidade.

Mais geralmente, e fora das horas destinadas à experimentação, uma vigilância contínua, com vistas à subordinação dos automatismos ao pensamento deliberado, desenvolve consideravelmente a aptidão para a concentração.

Visando a esse resultado axial, o adestrar-se em *governar constantemente o pensamento,* o adepto das ciências psíquicas assegurar-se-á, em poucos meses, uma eficiência notável.

## As fontes do pensamento

Aos promotores da "New Thought" ou "Escola do pensamento novo" [1], especialmente a Prentice Mulford

(1) Essa Escola nasceu nos Estados Unidos há mais ou menos meio século.

e a W. W. Atkinson, pertence o incontestável mérito de ter posto em evidência a importância e o poder do pensamento considerados como uma força. O que permanece surpreendente é o caráter simplista do ensinamento deles. Ao ler as obras desses inovadores, poder-se-ia crer que basta ao adepto um assentimento, uma decisão de princípio, uma firme resolução para substituir seus habituais estados de alma pelas concepções e atitude mental que eles recomendam. "Que vosso pensamento seja: coragem, otimismo, energia", escreve Atkinson. Excelente exortação, mas a isso não se adapta, de imediato, quem o deseja. Com efeito, as fontes do pensamento, múltiplos afluentes dos quais só o resultado se manifesta de modo consciente, elaboram-se no seio de nossos automatismos subconscientes, que não poderiam ser instantaneamente subordinados à vontade deliberada.

Para permitir a cada um conceber a complexidade dos elementos que concorrem na elaboração do pensamento, vou enumerar brevemente os principais; digo brevemente porque seria preciso um volume inteiro para expor a questão com todas as minúcias possíveis.

I — *Elementos de origem diretamente fisiológica*

a) Antes de tudo, o tipo humoral (bilioso, nervoso, sangüíneo, linfático). Cada tipo predispõe a uma orientação psíquica distinta. Por exemplo, o bilioso inclina-se para a precaução, bem como o linfático indiferente; ao nervoso, teórico, opõe-se o sangüíneo, realista;

b) Em segundo lugar, o estado endócrino. Em particular, a atividade tireoidiana, que torna o sujeito tão mais rápido nas associações de idéias, tão mais precoce, tão mais agitado quanto mais intensa seja. Assim também o rendimento das supra-renais, do qual depende a capacidade de esforço sustentado, de persistência de obstinação;

c) Em terceiro lugar, a cinestesia geral cujo equilíbrio se ressente de qualquer sobrecarga, carência ou irregularidade funcional;



d) Em quarto lugar, o eco das apetências nutritivas ou reprodutoras, apetites cujo grau de ardor procede da estrutura organovegetativa.

II — *Elementos psicológicos individuais* [1]

e) A impressionabilidade, a emotividade, a sensibilidade;

f) As tendências (avidez e aversões) subconscientes;

g) O conteúdo da memória e as reminiscências;

h) A imaginação, estreitamente ligada aos elementos e), f), g);

i) Os hábitos e mais geralmente os automatismos.

III — *Elementos exteriores*

j) As percepções visuais, auditivas, olfativas, táteis e gustativas, as quais repercutem na impressionabilidade que as interpreta segundo suas características;

k) As idéias, concepções ou afirmações emitidas verbalmente na presença do sujeito;

l) Os exemplos e os espetáculos aos quais o sujeito assiste;

m) Suas leituras (assim, uma série de noções tiradas de um enunciado escrito, depois refletidas metodicamente, pode engendrar profundas modificações do determinismo interior primitivo);

n) A influência irradiante de pessoas próximas ou afastadas que se interessem pelo sujeito, de um ponto de vista qualquer; a influência daqueles cujo pensamento ele preocupe;

(1) Quanto ao assunto dos temperamentos, o leitor poderá consultar os trabalhos de Polti e Gary, os do Dr. Carton e também meu livro *les Marques révélatrices du caractère* (Edições Dangles, Paris).

o) A influência telepsíquica de individualidades desconhecidas, que certas analogias colocam em relação sintônica com o sujeito.

Todos esses elementos concorrem para a elaboração, no seio do inconsciente, do pensamento espontâneo. O que nos vem ao espírito gera-se, assim, *contra nossa vontade*, antes que disso tomemos consciência.

O pensamento espontâneo, jorrando constantemente, tende então a predominar, do mesmo modo que os automatismos psicofísicos tendem a determinar o comportamento. Experimentai desviar a atenção do que vos vem neste momento ao espírito e fixá-lo, durante cinco minutos, em qualquer outra ordem de idéias deliberadamente escolhidas entre aquelas que não vos são familiares; compreendereis então a dificuldade principal que se trata de sobrepujar na experimentação telepsíquica. Outra observação: avaliai a duração dos intervalos que, no curso de vinte e quatro horas, circunscrevem os momentos em que predomina o pensamento refletido, objetivo, proveniente de deliberações racionais; em outros termos: a consciência psicológica. Esses intervalos vos parecerão consideráveis, sem dúvida alguma. Ora, *se visais a reduzi-los, vós os reduzireis progressivamente* e podereis assim substituir a intensidade pela continuidade.

## Bases fundamentais da aptidão para a telepsiquia deliberada

Governar o pensamento é mantê-lo constantemente de modo deliberado.

Esse resultado não poderia ser obtido de improviso.

Se se quer chegar a ele, uma primeira medida se impõe: é a adoção de uma regulagem do comportamento cotidiano. Em *Pouvoir de la Volonté* e *Maitrise de Soi-même* expus com precisão em que consiste a regulagem em questão, que coloca sob o controle da vontade refletida os elementos diretamente fisiológicos e os elementos psicológicos individuais cuja nomenclatura acabamos de ler no parágrafo precedente.



Essa autodisciplina implica uma modificação radical do *modus vivendi* habitual, numa decisão inflexível de cessar de viver, pensar 'agir' "como todo o mundo".

O adepto da telepsiquia visa ao desenvolvimento de uma aptidão superior à normal. Tal aptidão requer um esforço exepcional.

Em segundo lugar, o interessado visará a subordinar todas as manifestações ao seu julgamento; a auto-observar-se sem descanso; a seguir mentalmente seus atos mais simples, mais triviais; a refletir sobre as palavras que lhe vêm aos lábios antes de proferi-los; a conter os impulsos físicos ou emocionais; enfim, a orientar a corrente dos pensamentos e a mantê-la no rumo do objetivo estabelecido, o que será facilitado pela fixação cotidiana de um emprego preciso e meditado do tempo.

Três exercícios ajudarão o adepto a desenvolver consideravelmente a aptidão para a telepsiquia voluntária.

a) *A suspensão do curso do pensamento* [1]. — Isso parece simples e fácil. Numerosas obras e "cursos" indicam em que consiste. Em 95% dos casos, o leitor imagina que a conseguirá já na primeira tentativa. Na realidade, não conheço exemplo em que alguém tenha conseguido suspender, à vontade, o curso de seu pensamento, antes de ter-se esforçado nisso 150 a 200 vezes seriamente. Não pensar em nada? Isso parece paradoxal. O pensador, o pensamento e o objeto do pensamento são, entretanto, três elementos distintos. Que o pensador esteja na dependência do pensamento é o que se passa em todas as individualidades estranhas à cultura psíquica. Nós desejamos colocar o pensamento na dependência do pensador. O exercício clássico denominado "isolamento",

(1) Isto foi discutido no capítulo XII.

"noite mental" ou "retiro do silêncio" é que nos vai permitir o resultado procurado.

Já expus pormenorizadamente tal exercício diversas vezes.

Volto aqui ao assunto pois cumpre ultrapassar as dificuldades se nos empenharmos em manejar o agente telepsíquico.

Em primeiro lugar, sentar-se ou deitar-se numa posição que facilite o relaxamento muscular. Não cuidar, no início, de cessar de pensar, mas unicamente de relaxar o tonus muscular e de conservar uma imobilidade semelhante à de um bloco de pedra. É escusado dizer que o silêncio e a obscuridade ajudam consideravelmente na obtenção desse primeiro resultado.

Depois de quinze minutos de imobilidade, cessar de prestar atenção às imagens, às considerações que se apresentem ao espírito. Conservar uma atitude mental indiferente. Considerar cada "fluxo de idéias" como um espetáculo desprovido de interesse. Dizer a si próprio "isso me é indiferente", "não me interessa". De olhos semicerrados, imaginar ver os contornos do próprio corpo e fixar-se, por assim dizer, nessa contemplação.

Após dez ou vinte ensaios, perceber-se-á que se produzem rarefações e suspensões totais do pensamento durante cinco, dez, quinze segundos.

Reiterar o exercício cada dia, e as suspensões atingirão um, dois, três minutos.

Depois de certo tempo, chegar-se-á a não "pensar em nada" durante dez a quinze minutos.

Esse estado de "noite mental" cessa desde que a mais fugidia intenção de terminar com ele se manifeste.

Um sentimento de repouso e de aumento de energias interiores segue-se a ele.

Com um pouco de treinamento, torna-se possível "isolar-se" assim no meio da multidão, apesar do ruído



e muito rapidamente. A intenção de "voltar a si" basta para colocar em vigília o gêiser do pensamento espontâneo.

Um dos obstáculos mais freqüentemente assinalados por nossos correspondentes reside no fato de eles *adormecerem* no decorrer do exercício. Mesmo nesse caso, a reiteração das tentativas leva ao resultado procurado. Devo acrescentar que, se o sono noturno é profundo, regular e suficientemente prolongado, a suspensão voluntária do pensamento não determina o sono.

b) *A concentração* — Pode-se imaginar múltiplos exercícios de concentração. Para o experimentador telepsiquista, o exercício mais eficaz consiste em representar a imagem de uma pessoa que lhe seja absolutamente indiferente e em manter essa representação de dez a sessenta minutos.

c) *O transporte.* — No curso do livro I, expliquei por que era necessário, durante uma intervenção psíquica, abster-se de pensar no caso 22 em 24 horas. A prática da "suspensão" voluntária do curso do pensamento exercita o pensador nesse sentido. A adoção de um horário programado para todas as ocupações ajuda também consideravelmente.

Será melhor, por outro lado, adestrar-se o pensador em afastar resolutamente do campo da consciência toda imagem, toda preocupação que tenda a impor-se de maneira obsedante. Para isso, transportar imediatamente a atenção para um outro objeto de meditação e esforçar-se para mantê-la nele. No início, os resultados não são encorajadores. A idéia que se busca afastar volta com obstinação e rompe, quase constantemente, o curso da meditação escolhida.

Se o próprio pensador obstina-se em voltar àquilo em que *quer* pensar, efetua um esforço cujo efeito imediato pode ficar quase inoperante, mas cuja reiteração cotidiana lhe dará a vitória, quer dizer, a possibilidade de

proibir o acesso de seu mental a todo pensamento inoportuno.

Além de seu alcance experimental, esses três exercícios concorrem para aumentar a *liberdade interior*, a mais excepcional e a mais apreciável de todas as liberdades.

## O posto de comando

Designo deste modo uma aplicação prática de telepsiquia muito interessante a título de treinamento e por seus efeitos. Ela está ao alcance de todos, ao menos de todos aqueles que já estejam bastante senhores de si próprios para efetuar cada dia um esforço premeditado.

Essa prática necessita uma hora cotidiana. Pode ser executada em qualquer momento do dia.

Na maior parte dos casos, ser-se-á levado a escolher uma hora precedente às ocupações ordinárias, especialmente às profissionais; portanto, dever-se-á acordar sessenta minutos mais cedo.

Do mesmo modo que, no seu retiro silencioso, o oficial rumina seus planos, reflete sobre os dados dos problemas que as circunstâncias lhe colocam e suspende suas decisões, o experimentador, só, secretamente, resolutamente, encara aquilo a que deverá fazer face, considera cada um daqueles com os quais mantém relações habitualmente, assim como toda personalidade em presença da qual deverá aparecer; fá-lo precisando o que realizar, o que pretende obter, numa palavra: sua vontade.

Projetai primeiro vosso emprego do tempo para as vinte e quatro horas; por outras palavras, imaginai, na ordem anotada em vossa agenda, o cumprimento de cada etapa, de cada tarefa prevista.

Em segundo lugar, fazei comparecer sucessivamente na tela da imaginação cada um daqueles cujas disposições vos sejam importantes, cuja conduta tenha repercussão na realização de vossos projetos. Consagrai a cada um alguns minutos. Sempre "olhando" a imagem mental do sujeito, representai o que quiserdes que ele sinta, pense, veja-se levado a admitir, a decidir, a executar, e formulai interiormente a ordem a ele endereçada de conformar-se às vossas decisões.



Não espereis, desde a primeira sessão, determinar uma docilidade manifesta em vosso "sujeito".

Lembrai-vos de que *a influência telepsíquica aflora, afeta, impregna gradualmente o subconsciente daqueles sobre os quais ela é projetada, depois predomina e suscita neles os pensamentos, as disposições, os impulsos sugeridos.*

É à força de repetições cotidianas, com certeza, que o exercício do P.C. mostra-se eficaz. Observar-se-á, entretanto, desde os primeiros dias, repercussões muito encorajadoras.

Convém terminar o exercício pensando nas pessoas desconhecidas com as quais se desejaria entrar em relação, aqueles cujo concurso ou apoio seriam interessantes, cujos objetivos simultâneos ou complementares dos nossos dão lugar a trocas inconscientes de pensamentos.

E, se sobrar tempo, uma representação precisa do rumo que desejaríamos ver os eventos tomarem uma lembrança com fins precisos a que nos propusemos, daquilo que queremos obter e do que queremos evitar, aumentaria a repercussão do que ficou acima.

Após algumas semanas ou alguns meses, quem aplicar-se seriamente nesse exercício terá adquirido uma certeza, uma confiança e um meio de ação considerável.

Verificará, por outro lado, quanto esse exercício estimula os mecanismos cerebrais: memória, propósito, clareza de espírito, dedução melhoram. O julgamento torna-se mais lúcido, mais seguro, as decisões mais rá-

pidas. O autodomínio e especialmente o do pensamento são gradualmente facilitados pela prática do "Posto de Comando" pois a consciência fica desperta, em "alerta", sem fadiga especial, nas horas que se seguem ao exercício, enquanto que ao inconsciente, dutilizado, cumpre cada vez melhor sua tarefa de secretário.

**Condições necessárias a toda intervenção eficaz**

O exercício do P.C. constitui a mais judiciosa aplicação da influência telepsíquica. Sua prática habitual adestra maravilhosamente a mente para aquelas intervenções particulares que discutimos no curso do livro I, especialmente no capítulo VII. Trata-se, então, de transmitir, sugerir ou impor a alguém esta ou aquela disposição, inclinação ou decisão.

Vimos que a sessão cotidiana de emissão comporta duas horas de concentração fora das quais o experimentador deve abster-se de pensar no "sujeito". O que já expus nos capítulos III e VII não me parece, lendo certas cartas de meus correspondentes, haver sido sempre compreendido com precisão. Eis por que volto aqui a certos pontos essenciais.

a) Tudo deve ser subordinado a uma elaboração e a uma acumulação do influxo nervoso. Convém, pois, dormir suficientemente, proibir-se qualquer excesso e qualquer dispersão de energia psíquica. Eis por que recomendo a todos: não falem a ninguém daquilo que os preocupa e, mais particularmente, falem o menos possível, reprimam a expansividade, isolem-se, fujam das reuniões, dos espetáculos, das dissipações sob todas as formas. Esforcem-se por manter um estado de calma e de recolhimento.

b) **Planejai o emprego de vosso tempo.**

**Se exerceis uma profissão, absorvei-vos atentamente na execução das tarefas sucessivas que ela comporta, entregai-vos de corpo e alma ao trabalho, o que vos aju-**



dará a "manter à porta" o sujeito da vossa intenção telepsíquica, durante vinte e duas em cada vinte e quatro horas.

c) Se não tiverdes ocupações obrigatórias regulares, fazei para cada dia um programa bem definido, sem hiatos onde viessem insinuar-se o devaneio. Dirigi vossa atividade. Estabelecei para vossos pensamentos uma série de orientações premeditadas. Fazei alternar as pausas (sono, suspensão voluntária da atividade psíquica), a leitura, o movimento (marcha, exercício físico) com o trabalho voluntário.

d) Deixai duas horas de intervalo entre a última refeição, que precede a sessão de emissão, e a própria emissão.

e) Mais ou menos meia hora antes da emissão rememorai com clareza as satisfações inseparáveis do resultado procurado e o caráter inaceitável da contrariedade que acarretaria o contrário desse resultado; relede a seguir as notas onde estão definidas as representações mentais que ireis transmitir.

Por fim, resisti ao impulso de buscar ou de provocar entrevistas com o sujeito; isso seria dar vasão a uma expansividade muito danosa à condensação do influxo nervoso, matéria-prima da energia psíquica: *noli ire fac venire*. Se a presença do sujeito é circunstancial, inevitável, mantende em face dele a mesma atitude que teríeis se ele vos fosse absolutamente indiferente.

## II

## O MAGNETISMO PESSOAL

*Sua acepção simplista e sua essência real. — Causas da influência do olhar e da palavra. — Leis fundamentais do magnetismo pessoal. — A lei da intensidade e a da lucidez. — A firmeza e o ascendente. — A lei do qualitativo. — Repercussões múltiplas.*

### Sua acepção simplista e sua essência real

Que uma espécie de encanto, de ascendente parece emanar de certos indivíduos é um fato de observação corrente. As vantagens práticas que disso resultam fixaram, há cerca de meio século, a atenção de diversos psicólogos americanos. Eles esforçaram-se por definir a natureza desse apreciável atributo, assim como o procedimento a pôr em prática para adquiri-lo ou desenvolvê-lo e convencionaram designá-lo pela expressão sedutora de "magnetismo pessoal".

Depois, as obras que tratam da questão multiplicaram-se. Na *Bibliografia de Caillet*, publicada em 1913, há trinta e dois anos, destacam-se já quarenta e seis autores de tratados ou de cursos de magnetismo pessoal.

O exame dessa literatura nos faz lastimar, excepção feita às obras de Hector Durville, a insuficiente distinção entre o essencial e o acessório.

Haveria, dizem-nos quase todos os autores, homens "magnéticos" e homens "não-magnéticos".

Na realidade, *cada pessoa* irradia uma influência exatamente expressiva de suas qualificações afetivas ou intelectuais. Insignificante ou intensa, harmoniosa ou desarmoniosa, alternante ou contínua, uma influência invisível exterioriza-se de toda criatura humana e impressiona mais ou menos favoravelmente aqueles com os quais a pessoa encontra-se habitualmente em relação, aqueles em que ela pensa e mesmo, como já notei, certos desconhecidos que semelhança ou complementarismo põe em contato sintônico, em receptividade com o emissor. O magnetismo pessoal deve, pois, ser considerado como uma subseqüência da vida psíquica, quer dizer, do pensamento, de todas as fontes deste, as que já enumerei no parágrafo 4 do capítulo precedente. Entre os ardentes, ele superabunda; entre os apáticos, vacila. Os caracteres firmes, resolutos, irradiam um magnetismo dominador, totalmente diferente do das pessoas volúveis. Instável nos seres mutáveis que passam freqüentemente da exaltação à depressão, ele guarda uma continuidade muito eficaz quando a orientação do curso dos pensamentos, mantido na perseguição de um objetivo bem definido, assegura a convergência destes. Das qualidades morais: benevolência, sociabilidade, retidão, resulta a harmonia deles, a qual determina uma ressonância simpática na alma das pessoas benevolentes e sociáveis, assim como a confiança e a estima destas. Nos violentos, nos despóticos, o magnetismo pode ser opressivo e impor a alguns uma verdadeira subordinação, mas engendra, do exterior, antagonismos e choques. Resumindo, o agente essencial do magnetismo pessoal não é senão a influência radiopsíquica da qual tratamos minuciosamente ao longo deste livro.

## Causas profundas da influência do olhar e da palavra

Nas primeiras obras publicadas sobre a questão, o aspecto exterior, olhar, fala, atitude pareciam ser considerados como elementos principais. Na realidade, tudo isso é secundário. De dois homens, um de aparência be-



nigna, apagada, outro de aparência arrojada, ostensiva, o primeiro pode ser mais magnético do que o segundo.

Expliquemo-nos:

Olhos brilhantes, fixos, plenamente abertos, constituem um elemento físico de estética que não se deve subestimar. Um olhar fugidio e mal seguro impressiona desvantajosamente, mas a potência fascinadora dos olhos aparenta-se muito de perto à do ponto brilhante [1] com a ajuda do qual o Dr. Braid produziu, pela primeira vez a hipnose em 1841, justamente para demonstrar que um instrumento material determinava o mesmo resultado que a fascinação humana. Exercitar-se a pessoa em olhar sem pestanejar e sem hesitar a raiz do nariz, entre os olhos, aqueles com os quais pretende ver-se desenvolve uma certa forma de segurança. A esse título é um exercício útil. Mas é a intensidade da vida psíquica que dá ao olhar sua influência magnética. O que existe atrás dos olhos importa mais que os próprios olhos. A firmeza interior real importa aqui mais que a simulação exterior de ousadia.

Compreende-se que uma fala distinta, clara, calmamente afirmativa continua um meio de influência considerável. O caráter resoluto do pensamento que assim se exprime dá, por outro lado, à voz, um magnetismo que ficará ausente se a excelência de dicção, se a facilidade de elocução e a virtuosidade expressiva forem as únicas a entrar em jogo. Quem possui melhor do que um comediante, do que um trágico, o domínio dos seus meios vocais? Ora, esse mesmo artista, tão emocionante em cena, pode muito bem carecer de poder persuasivo, de autoridade, senão de encanto, na vida cotidiana, mesmo e sobretudo quando aquilo que deseja acima de tudo tornar-se assunto de um debate.

Do mesmo modo, o homem acostumado profissionalmente a mandar, a obter obediência passiva em vir-

(1) Era um "porta-lancetas". Ver *Théories et procédés de l'Hypnotisme* (Edições Dangles).

tude de insígnias ou de títulos, e que por esse fato usa um verbo peremptório, perde com freqüência todos os seus meios quando tem de ver-se com pessoas que não dependem dele.

Como o olhar "magnético", a fala "magnética", aquela que impregna profundamente o espírito, que nele implanta o gérmen de sentimentos ou de convicções irresistíveis, procede de disposições interiores, de uma invisível influência inseparável de qualificações intrínsecas, de todo distintas do talento oratório.

A facúndia do "falar bem" e as sutilezas da retórica são elementos de sugestão verbal suficiente para perturbar a imaginação ou o julgamento dos indecisos, dos subjetivos e mais ainda dos débeis mentais; não têm efeito nos espíritos objetivos cujo discernimento, em alerta sem cessar, governa a impressionabilidade física e intelectual.

Cabe o mesmo para a atitude. A dos presunçosos, dos impulsivos, dos enfatuados ou dos ególatras dá-lhes a *aparência* da autoconfiança. Mas essa aparência repousa numa ilusão. A segurança de si baseia-se em certezas: certeza de uma capacidade de esforço provada, de um saber vasto e preciso, de possibilidades realizadoras postas em evidência por realizações anteriores, de uma impassibilidade muitas vezes verificadas em muitas circunstâncias perigosas. Aqui, ainda, são as disposições psíquicas que emitem uma influência, não a imitação da atitude que essas disposições não engendram.

Um valor intrínseco superior não é incompatível com a timidez, o acanhamento, o embaraço em público. Isso acontece amiúde porque o interessado, preocupado principalmente com coisas sérias, com a execução de algum grande desígnio, de altas ideologias, afasta-se com dificuldade das riquezas de sua vida interior e não poderia possuir a desenvoltura de um dançarino mundano.

O magnetismo pessoal do tímido, inoperante sobre a imensa maioria, sem ressonância sobre o infantilismo cerebral daqueles que o consideram com um olhar tro-



cista, influi exclusivamente em pessoas cuja mente é receptiva à espécie e à qualidade de seus sentimentos e de seus pensamentos.

A colocação em prática das indicações e exercícios dados no capítulo precedente dissipa, aliás, infalivelmente, as diversas formas de timidez.[1]

**Leis fundamentais do magnetismo pessoal**

I. — O ardor, a atividade da vida psíquica determinam a intensidade do magnetismo pessoal.

II. — A lucidez, a objetividade, a precisão com que a atividade da vida psíquica é dirigida determinam a conformidade dos efeitos da influência pessoal com as intenções do interessado.

III. — Da firmeza do caráter depende o grau de ascendente que exerce em outrem a irradiação individual.

IV. — De acordo com sua sutileza, sua qualidade, seu grau de elevação, o pensamento, agente fundamental do magnetismo pessoal, atrai para o emissor individualidades análogas a ele próprio e animadas, a seu respeito, de disposições idênticas às dele.

V. — Por intermédio dessa invisível influência, toda avidez ou aspiração imanta seu objeto; toda aversão tende a fazer cessar ou afastar o que a inspira.

Desses cinco pontos que comentamos mais adiante e do que precede, destacam-se dois corolários:

a) A medida pela qual a pessoa governa seu pensamento é a própria medida do magnetismo pessoal consciente que se emite; dito de outro modo, é a medida dos resultados favoráveis que se pode esperar dela.

b) O ser nulo, mais insignificante, mais mesquinho e além disso disforme pode adquirir, se esforçar-se

(1) Ver igualmente *La Timidité vaincue* (Edições Dangles).

em intensificar e governar ao mesmo tempo sua atividade psíquica, um magnetismo pessoal que atrairá para ele a espécie de pessoas e a espécie de coisas necessárias à realização de suas aspirações ou ambições.

## A lei da intensidade e a da lucidez

Quando falamos da vida psíquica, consideramo-la sob dois aspectos: intelectivo e afetivo. O intelecto mais ou menos ativo observa, discerne, assimila, define, compara, associa, cria. É o domínio da inteligência. O afetivo mais ou menos ardente manifesta tendências caracteriológicas, aspirações, sentimentos, paixões e avidez de toda natureza. A vida afetiva reage constantemente sobre a da inteligência. Por exemplo, é em razão de predisposições, de gostos, de aptidões bem determinadas que o intelecto orienta mais seu esforço de compreensão e de apropriação intelectual para esta ordem de conhecimentos do que para aquela outra. Algumas pessoas apaixonam-se pelas ciências exatas, outras pelas ciências filosóficas. Uma testemunha, desde os primeiros anos, uma tendência para exercitar-se nas artes gráficas e tornar-se-á desenhista. Outra se interessa precocemente pelas coisas técnicas e será engenheiro ou industrial. Podemos dizer que, para todos, o grau de intensidade das principais cobiças condiciona o ardor da vida psíquica, ardor que, estimulando as faculdades cerebrais, confere-lhes uma atividade mais ou menos considerável, a qual se traduz por um pensamento mais ou menos resoluto, mais ou menos lúcido, mais ou menos preciso. Desse mesmo dinamismo procede a influência designada pela expressão "Magnetismo pessoal". Se sua tensão for baixa, átona, o sujeito, pouco emissivo, só poderá ter uma influência insignificante. Apenas as altas tensões exteriorizam-se poderosamente.

Uma mente muito judiciosa, muito circunspecta, muito sutil, magnificamente dotada, digamos, para a abstração, não irradia necessariamente, mesmo se sua



atividade for notável, uma influência assaz enérgica para impor-se, pois essa influência só encontrará ressonância no seio de mentalidades análogas.

Inversamente, uma natureza entusiasta, fogosa, apaixonada, voluntariosa mas impulsiva, violenta, indisciplinada, irrefletida — portanto sujeita à cegueira — manifesta bem toda a intensidade necessária a uma irradiação psíquica e telepsíquica persistente, e, de fato, influirá em numerosas pessoas (todas menos sutis que ela própria), mas permanecerá incapaz *de governar seu próprio pensamento;* portanto, de dirigi-lo com propósito deliberado, para quem quer que seja, com a *continuidade* e a *regularidade* necessárias.

Assinalei, no Livro I: "Uma mentalidade de senhor feudal imanta sempre os servos". Acrescento aqui: "Ela não obtém necessariamente a vassalagem de quem desejaria, mas apenas a de pessoas com mentalidade servil."

Além disso, como no domínio psíquico os semelhantes atraem os semelhantes; a natureza de nossos pensamentos *mentos habituais, sobretudo se são intensos,* interessa em primeiro lugar pois tende a despertar nos outros, em relação a nós, disposições análogas àquelas que mantemos para com eles.[1] Os mesmos pensamentos que nos põem em relação, atraem para nós indivíduos favoráveis ou hostis, conforme o caso.

Aqueles cuja natureza comporta predisposições das quais resulta a intensidade têm interesse em colocá-la sob o controle de sua consciência psicológica, a princípio para dirigir-lhe com discernimento o dinamismo, em seguida para evitar dispersá-la, seja em manifestações

(1) Aqui se pode prever uma objeção. "Como tal pessoa cuja presença desejo não sente a meu respeito as mesmas disposições"? É que considerais sobretudo o prazer de que teríeis de estar com ela, não o *que ela* poderia sentir pelo fato de estar convosco. A menos que ela já esteja animada do desejo de ser-vos agradável, vosso pensamento não encontrará ressonância. Seria necessário primeiro sugerir essa disposição de espírito.

exteriores, seja dando curso aos impulsos que ela engendra.

Quando falta intensidade, convém pesquisar as causas dessa atonia. Tratei desta questão em pormenor numa obra anterior [1]; não querendo que esta faça repetição inútil, só darei aqui indicações gerais.

A insuficiência energética procede parcialmente de causas puramente fisiológicas, endócrinas em especial. Na grande maioria dos casos, resulta sobretudo da anarquia interior, de uma passividade devida ao hábito de evitar o esforço e ao de ceder impulsivamente à atração do prazer imediato. Uma reeducação psicológica bem compreendida permite reagir sempre e, em particular, assegurar a convergência das fontes da energia e do pensamento, por sua orientação metódica, para a realização de um plano maduramente deliberado.

É preciso notar que, para quase todos, a elaboração da energia efetua-se de maneira satisfatória, mas encontra-se dispersa, esbanjada sem utilidade e com freqüência de modo deplorável, o que entrava a condensação indispensável a um alto grau *contínuo* de tensão.

Um dos primeiros analistas do *Magnetismo pessoal*, V. Turnbull, cujos trabalhos foram publicados pela "Sociedade de Pesquisa Psíquica de Chicago", tinha visto muito bem que, contendo-se todos os impulsos de natureza a dispersar a energia psíquica, determina-se uma elevação de sua tensão de exteriorização:

"O desejo, sob todas suas formas, diz o autor [2], é uma corrente mental carregada de potência, essa mesma potência que o homem magnético exerce sobre seu próximo. Quando digo "corrente mental" falo literalmente,

1) *L'Aptitude à l'Effort réalisateur*. As fontes biológicas e psíquicas da energia individual (Edições Dangles).

(2) Turnbull: *Cours de magnétisme personnel*. Tradução do Beaugeard. Centro de Estudos Psíquicos, Paris, 1903. (Publicado no Brasil pela Editora Pensamento com o título de *Curso de Magnetismo Pessoal*).



não me sirvo apenas de uma metáfora. Todos os desejos agem segundo o princípio das correntes elétricas e são regidos, senão pelas mesmas leis, ao menos por leis análogas.

"Quando tiverdes compreendido que podeis tirar do desejo, sob todas as suas formas, sua potência e seu magnetismo, tereis descoberto, por assim dizer, uma mina de ouro em vosso próprio jardim. Pois, o desejo é sempre acessível. Sua fonte manifesta-se numa infinidade de maneiras. Quando cedeis ao desejo, esbanjais força e diminuis, em conseqüência, o poder de atração; descarregais o magnetismo que deveríeis guardar em reserva a fim de atrair para vós as boas coisas da vida. Quando tiverdes aprendido a considerar o desejo, não como um obstáculo mas como um recurso, vosso êxito na vida estará assegurado. A força do desejo manifesta-se num grande número de correntes *mentais*, tais como a impaciência, a cólera, a prodigalidade, o comodismo ou a vaidade. Esta última corrente é, de todas, a que talvez mais enfraqueça. A vaidade manifesta-se sob formas tão insidiosas que um homem não se dá conta, amiúde, de que procura com propósito deliberado satisfazer sua vaidade, que nele age de maneira indistinta.

"A maneira de proceder é, portanto, logo que sentirdes uma corrente de desejo, retê-la em vós, *recusar satisfazê-la*. Por esse esforço consciente de vontade, isolai-vos da descarga enfraquecedora de força e, ao mesmo tempo, *criais um estado de atração*, que existirá tanto tempo quanto esse desejo não se neutralize, satisfazendo-se.

"Sirvamo-nos primeiro de um exemplo dos mais comuns e dos mais enfraquecidos de corrente da vaidade — o desejo de surpreender.

"Em primeiro lugar, compreendei bem a importância do segredo. Quando tiverdes conhecimento de alguma novidade, por mais banal que seja, apesar do prazer que experimentaríeis de comunicá-la a alguém conhecido, *guardai silêncio* porque é o vosso primeiro ensaio prático da *aquisição do magnetismo pelo desejo repri-*

mido. Vosso segredo é uma *unidade de magnetismo mental* posta em reserva na bateria de vosso cérebro, e esse segredo guardado produz uma força que atrai outra do exterior, do mesmo modo que vosso dinheiro, depositado no banco, produz juros. Quanto mais segredos tiverdes em reserva no espírito, maior será a impressão e a atração que exercereis! Do mesmo modo, quanto mais dominardes os impulsos, maior será a acumulação de vossas forças de reserva que permanece latente, intacta e pronta para vos servir nas empresas importantes."

Bastam alguns dias para verificar-se a eficácia do procedimento Turnbull. Tudo se passa como se o fato de contermos todo impulso, de abster-nos de toda expansividade, de reprimirmos toda forma de desejo, recarregasse positivamente nossa "bateria de reserva". Isso não prejudica em nada a sociabilidade; ao contrário, pois, moderando as manifestações exteriores, medindo a importância das palavras, excutando mais do que falando, só podemos produzir uma excelente impressão.

Quando Turnbull indica a vaidade como uma das principais fontes de desperdício psíquico, põe o estudante em guarda contra essa tendência, assaz natural mas perniciosa, que se pode observar, a todo instante, em inúmeras pessoas que procuram aprovação, que procuram dar direta ou indiretamente uma idéia vantajosa de suas qualificações, "fazerem-se valer". Evitai, diz Turnbull, provocar a lisonja. Guardai-vos de fazer alarde de vossos conhecimentos, de vosso saber, de vossa habilidade.

Ao sobrepujar a tendência em questão, exercitamo-nos não somente em "reter em nós um potencial" que contribuirá para elevar a tensão de exteriorização magnética, mas ainda em governar o pensamento, o que, como já assinalei diversas vezes neste livro, constitui a principal condição exigida para praticar sistematicamente a telepsiquia.



## A firmeza e o ascendente

Esforçar-se por dar ao olhar uma expressão decidida, falar pausadamente em tom afirmativo, formar habilmente as frases, enfim conservar uma máscara imperturbável, tais são as principais recomendações feitas ao estudante na maior parte dos cursos de magnetismo pessoal.

A observância dessas recomendações exercita utilmente a vontade deliberada e concorre para o autodomínio.

Tudo isto ajudará apreciavelmente aquele a quem cabe o papel de comandar, de dirigir, sem contudo dar-lhe o ascendente profundo do homem a quem os subordinados obedecem mesmo *quando não se sentem vigiados*, que seus iguais seguem de bom grado e que os superiores tomam em consideração.

Semelhante ascendente emana desta qualificação do caráter a que se chama "firmeza" e que dá ao pensamento, portanto ao magnetismo pessoal, uma potência dominadora que nada pode substituir.

Em que consiste então a firmeza? Em conformarmo-nos inflexivelmente às resoluções tomadas em realizarmos cada dia, a despeito de toda causa fortuita de derivação ou inibição, e na ordem prevista, o programa da atividade que nos determinamos, em abstermo-nos de tudo o que julgamos inútil ou funesto, em resistirmos a toda influência humana ou circunstancial que venha eventualmente a dissuadir-nos de observar as regras anteriores.

Esta definição voluntariamente rígida representa o absoluto da firmeza. À medida que um homem as realiza, marca a medida de seu ascendente magnético. Ele pode ser amado (se for justo, afável, diplomata) ou detestado (se for arbitrário, duro e desprovido de tato).

Nos dois casos, sua influência dominadora permanecerá idêntica.

Inversamente, um homem simpático e mesmo essencialmente bom, mas sem firmeza, tem pouca autoridade e resiste com dificuldade à iniciativa de psiquismos resolutos. Mesmo aqueles cuja estima ele força, abusam às vezes dele. É que o magnetismo pessoal não é um "agente" simples, mas uma influência composta, uma resultante fiel de todos os elementos de cada psicologia individual.

## A lei do qualitativo

A sutileza da inteligência representa um papel distinto daquele de cada um dos elementos que acabamos de passar em revista. Em particular, ela determina o campo da influência psíquica individual: não podemos influir apreciavelmente em espíritos mais sutis que o nosso, pois nossas vibrações mentais não encontrarão neles nenhuma ressonância, pelo fato mesmo de que exprimem uma espécie de pensamentos menos precisos e menos elevados que os que lhes são familiares.

Se duas pessoas pensam em planos muito diferentes, emitem em comprimentos de ondas sem receptividade recíproca. Uma atração física, uma simultaneidade de ambição podem momentaneamente aproximá-las, iludi-las sobre o uníssono real de seu "innermost". Mas assim como a habituação não tarda a embotar a acuidade das reações sensoriais, o egoísmo engendra discrepâncias de interesse e as divergências profundas, por um momento mascaradas, aparecem então e a dissociação, senão o antagonismo, a sucede.

Os que se assemelham se juntam, cada um se agrega a um grupo, a uma corrente de individualidade que apresentam analogias psicológicas com ele. Um encontro de aparência fortuita e seguido de uma convivência harmoniosa, assídua, resulta freqüentemente de imponderáveis afinidades que desde há muito tempo, sem que as pessoas pudessem sabê-lo, punham em relação as duas partes.



A elevação moral não tem menor importância que a intensidade da vida interior, a firmeza do querer, a lucidez do julgamento e a precisão das representações mentais. Esta elevação, ao menos como a concebo, comporta antes de tudo uma *eqüidade indefectível*, eqüidade sem a qual a honestidade, a retidão e a lealdade permanecem relativas. O homem justo não quer senão o que é justo e usa exclusivamente de meios irreprocháveis.

Fiel à palavra dada, tanto para as pequenas coisas quanto para as grandes, consciencioso no cumprimento das obrigações que contraiu, ele inspira, cria simpatias, principalmente entre aqueles de quem pode esperar um complementarismo favorável. Seu magnetismo pessoal atrai para ele aqueles que procuram "alguém de confiança", e isto sem qualquer empenho dele próprio: diligências, solicitações, protestos para atrair ou fixar a atenção.

Os sentimentos altruístas, sobretudo quando se manifestam judiciosamente e sem fraqueza, integram à irradiação pessoal uma propriedade salutar que desperta nos outros um eco naquilo que há de melhor no fundo deles próprios, eco que, por outro lado, freia nos seres mais viciosos seus maus instintos e inibe as péssimas intenções que algumas pessoas ruminam. Se é verdade que o pensamento mais fugidio deixa um traço durável, a indulgência (justa e compreensiva apreciação das possibilidades da cada um), a benevolência, a bondade *habituais* agem por via radiopsíquica com uma eficácia certa, benfazeja. São os sentimentos altruístas que dão ao magnetismo pessoal a propriedade de imantação contínua, de encanto perpétuo, privilégio incompatível com a secura de alma.

## Repercussões múltiplas

Nossos pensamentos, nossas emoções agem antes de tudo em nós mesmos. Sua repercussão na química do sangue, na atividade visceral, nas funções endócrinas

está experimentalmente verificada. Alguns pensamentos ou emoções determinam efeitos nitidamente tóxicos, bem conhecidos desde as experiências de Pavlov. Segundo sua natureza, reguladora e estimulante ou perturbadora e deprimente, as emoções representam um papel salutar ou nocivo.

Toda a série de imagens mentais, consideradas com complacência e longamente, tende, de outra parte, a reproduzir-se, a impor-se, a engendrar atos, a imiscuir-se no determinismo do comportamento. A idéia fixa e a obsessão não têm outra origem.

A emoção ou pensamento atrai, por outro lado, influências exteriores análogas a sua, e se tem por objeto uma ou diversas pessoas, sua ressonância provoca disposições amigas ou hostis para conosco conforme o caso.

A inveja, o ciúme, a animosidade, o rancor, a raiva devem ser considerados como forças perigosamente repercutivas, forças empenhadas em desorganizar, em ferir os mesmos que as experimentam.

A observação nos mostra que há, ao nosso redor, um mundo de forças sutis, das quais algumas trazem a confiança, o calor, o otimismo, a energia, as boas aspirações. Nós vivemos num oceano de vibrações, umas favoráveis, construtivas, outras perniciosas, perturbadoras. Aprendamos a atrair para nós as primeiras e a isolar da ação as segundas.

Algumas almas elevadas nutrem bons pensamentos mesmo para com aqueles que lhes querem ou lhes fazem mal. Seria pedir demais à maioria de nós, mas quando mais não fosse, por higiene mental, é melhor considerar com a mais perfeita indiferença toda pessoa contra a qual tenhamos queixas, expulsá-la de nosso campo mental, *recusar-nos a pensar nela.* É nisso que se demonstra particularmente preciosa a supremacia do pensamento deliberado sobre o pensamento espontâneo.

Existem outras emoções, tais como o temor e a apreensão, as quais é judicioso dominarmos. Cada um



pode, aliás, observar que aquilo que tememos raramente acontece, enquanto que a adversidade real difere quase sempre das eventualidades cuja possibilidade nos atormentava. Os "golpes da sorte", geralmente imprevistos, chegam em geral subitamente.

É que toda perspectiva angustiante, *se insurgir o espírito com vigor suficiente,* acha-se quase sempre jugulada. Aquilo que permaneceis firmemente resolvidos a não sofrer, raramente se produz, pois vossa indiferença telepsíquica o afasta de vós ou vos afasta dele.

O adepto do "magnetismo pessoal", que entendo seja aquele que o pratica, dispõe do mais suguro dos meios de autodefesa. Por mais penosamente desfavorecido que ele possa estar no momento em que começa a pôr em execução os princípios e os procedimentos telepsíquicos, ele sabe que sobrepujará progressivamente as opressões, as restrições e os obstáculos; que, com transformar-se a si próprio, ele modificará, no que lhe concerne, a mentalidade daqueles que o cercam e os imponderáveis fatores de cuja resultante advirão as circunstâncias, o "clima" de seu futuro.

Abstendo-se de todo otimismo irrefletido, ele conta com sua atividade, seu esforço, sua perspicácia, sua engenhosidade, em lugar de viver, como tantos outros, na expectativa de acasos gratuitos.

A continuidade, a persistência, a convergência sinérgica dos seus pensamentos para os objetivos que ele quer atingir abrem-lhe o caminho para o que presentemente lhe parece inacessível. Animado de uma nobre confiança, justificada pela energia que desenvolve silenciosamente, dia por dia, sem desviar-se das aspirações visadas, ele mantém um estado de alma calmo, atento, recolhido, e conhece uma serenidade interior que nenhuma surpresa desconcerta por muito tempo.

Mesmo se "perder uma batalha", não capitulará, não perderá seu tempo e energias a se lamentar ou a procurar, expondo suas lamentações, a piedade de quem

quer que seja, o estímulo das bebidas fortes ou os derivativos da dissipação. Ele recorre ao isolamento, à meditação, reagrupa suas forças, procura e encontra aquilo que as circunstâncias necessitam para a adaptação de seu plano. Uma vez remanejado isso, ele volta ao trabalho e vai em frente.

De um erro, de um fracasso eventual, de uma desdita, ele tira um ensinamento, refletindo sobre a origem, sobre as causas daquilo que lhe aconteceu.

Assim seu psiquismo, seus meios de influência e de ação fortificam-se com os ensinamentos da experiência, ao aplicar-se em compreendê-los sutilmente em reagir seguidamente.

Compreende-se que, quando há ocasião de empreender uma ação mental, de sugerir, de impor alguma coisa a alguém, o homem exercitado numa concentração sustentada e vigorosa dispõe de uma vantagem evidente. Isso se compara ao estado de adestramento da pessoa acostumada ao exercício físico e para a qual o transporte de uma carga qualquer ou outra fadiga excepcional será infinitamente mais leve do que se a pessoa tivesse deixado sua capacidade toráxica reduzir-se e seus músculos atrofiarem-se.

Repito, o menos bem dotado, o mais débil, o inerte, o estuporado pode, se tiver alguma seqüência nas idéias, dinamizar e dirigir sua invisível influência por uma aplicação perseverante. As perspectivas que se lhe oferecem manterão em alerta seu espírito e o encorajarão, hora por hora, na tarefa que empreende. Ele chegará ao final e o sucesso será sua recompensa.



# III

# O SINTONISMO

*Sugestão mental e transmissão do pensamento. — A dificuldade. — Influência pela comunicação de pensamento. — Devaneio e projeção ativa. — Substituição. — Técnica hipnótica. — O sintonismo com desconhecidos.*

## Sugestão mental e comunicação do pensamento

Impor a alguém, por sugestão mental, um estado de alma determinado, requer um ardor psíquico (que a paixão condiciona quase sempre), mas também um mínimo de sutileza e de senso tático. Na primeira parte deste livro, os procedimentos a empregar para isso foram claramente expostos. Aqui, iremos considerar como um estado de alma pode comunicar-se (e não mais impor-se) por uma espécie de endosmose muito doce, muito "envolvente", cuja realização exige mais sutileza e persistência que potência. Sabe-se que é amiúde mais fácil e mais seguro agir por persuasão que procurar coagir, mas a arte de persuadir procede de uma finura psicológica superior, de uma avaliação compreensiva da mentalidade alheia, razão por que raramente se encontram qualificados os despóticos e os violentos.

Flammarion na França, Gurney, Myers e Podmore [1] na Inglaterra, compuseram diversas coleções de obser-

(1) Ver bibliografia na página 18.

vações relativas à comunicação *espontânea* do pensamento. Essas observações põe em evidência, para cada caso, o sintonismo do emissor e do percipiente.

Trata-se invariavelmente de duas pessoas que o parentesco próximo, a mútua afeição ou as afinidades de espírito mantêm em relação telepsíquica mais ou menos íntima. Quando um acontecimento muito comovente sobrevém a um deles, sob a ação dinamogenética da emoção, sua tensão de exteriorização psíquica eleva-se então acima do nível habitual e produz uma poderosa projeção de imagens cuja ressonância imediata opera-se sem resistência no campo de consciência do outro.

Realizar, com propósito deliberado, experimentalmente, um sintonismo que permite comunicar o pensamento é uma operação delicada só acessível aos espíritos atentos, observadores, analistas e dotados de adaptabilidade. Um conhecimento aprofundado da caracteriologia facilita sempre a tarefa, tarefa cuja última finalidade é a possibilidade de representar a vida interior do sujeito, identificar-se com ele, transmitir-lhe pensamentos em *harmonia com os nossos*, depois dar à orientação destes um impulso modificador, a princípio ligeiro, insensível, que se acentuará de acordo com as sessões cotidianas de emissão.

### A dificuldade

Para criar em si o uníssono com um psiquismo exterior, a primeira condição exigida, é conhecer moralmente, com precisão, o sujeito que se procura influenciar moralmente, discernir a origem profunda de todas as manifestações de seu comportamento, os móveis que lhe inspiram os atos, as tendências que revelam seus propósitos, suas reações. Em outros termos, conhece-se uma pessoa na medida que se representa sua maneira de ver, que se lhe define as aspirações sensoriais, afetivas, intelectuais e espirituais. Um tal esforço de análise parece árduo, pois, com raras exceções, pode-se dizer



que cada um, preocupado principalmente consigo, procura raramente assimilar o segredo das almas que o cercam. Salvo por um esforço investigador, sagaz, não conhecemos senão superficialmente nossos íntimos. Alguns traços marcantes do caráter deles nos impressionam, mas a interpretação destes permanece aproximativa e aliás subjetiva, pois não retemos senão a repercussão agradável ou desagradável que nos causam. O essencial escapa quase sempre.

Convém, de outra parte, ter em conta que, desde a mais tenra infância, a vida social leva o homem a dissimular, a mascarar, a disfarçar algumas de suas inclinações, pelo medo de ver-se negligenciado, de ficar incompreendido. É-lhe preciso também, em muitas circunstâncias, afetar disposições que não sente.

Esses recalques e simulacros dão lugar a numerosos equívocos, a lamentáveis incompreensões. O que parece uma "mutação", uma modificação radical e repentina do caráter ou dos sentimentos explica-se, quase invariavelmente, pela emergência de uma "lama do fundo", surgida de zonas secretas do inconsciente, com um impulso tanto mais irresistível quanto seja tal espécie de avidez [1] ou de aversão estritamente contida há anos.

Todo ser é um mundo quase inexplorado e mais ou menos complexo. O mais banal comporta originalidades imprevistas. Já, num certo grau da escala ontológica, o animal diferencia-se de seus congêneres por idiossincrasias bem pessoais. Dois gatos ou dois cachorros, saídos da mesma ninhada e educados de maneira idêntica, apresentam divergências evidentes de gostos e hábitos. No seio da humanidade, a diversidade torna-se infinita.

Ora, a realização do sintonismo exige que um amplo setor da mentalidade do sujeito seja claramente inteligível ao emissor.

(1) Rever, na página 140, a acepção em que utilizo essas palavras.

Assim, quando se trata de uma desafeição, a procura, a compreensão de seu determinismo, quer, de todas as suas causas predisponentes e determinantes, importa em primeiro lugar. Um excelente caminho a seguir para realizar este exame consiste em remontar, com a ajuda de lembranças, o curso do tempo até o dia em que se conheceu o sujeito; depois, em reconstituir a evolução deste, sem se deixar de notar os elementos de discordância, assim como os dois elementos de atração que se manifestaram sucessivamente entre os dois interessados, desde a origem de suas relações até o momento presente. Toda desafeição procede necessariamente de duas séries de causas: insuficiência de satisfação dispensada a certas cobiças do sujeito e aversão inspirada a este por certas características da pessoa de que ele se afasta. Disto, um estado psíquico (indiferença ou antagonismo) segue-se e é precisamente este estado que cumpre representar-se de uma maneira tão lúcida, tão objetiva, tão compreensiva quanto possível, a fim de restabelecer a sintonia, e depois, graças a este, de comunicar ao sujeito os pensamentos, as imagens, as incitações de natureza a modificar-lhe as disposições.

Seja como for, o fato de tomarmos em consideração o estado de alma do sujeito, de concebê-lo claramente, de representar-nos o que o motivou contribui, em larga medida, para criar a "relação" de intercomunicação.

*Segundo exemplo*: Quereis colocar-vos em sintonia com vosso irmão. Acompanhai a evocação de sua imagem com o de tudo o que vos é comum. Representai as semelhanças e as discordâncias de vossos caracteres recíprocos, depois revivei pelo pensamento diversas cenas vividas juntos em perfeita harmonia. Se as preocupações dele vos são conhecidas, passai-as em revista. Isto vos conduzirá à representação ao menos aproximativa do curso do pensamento dele no momento presente. Tendo assim estabelecido a comunicação mental, aquilo que buscais sugerir-lhe terá uma repercussão certa.

*Terceiro exemplo*: Uma das pessoas que vos são chegadas encontra-se doente. Sofre. Gostaríeis de aliviar-lhe os sofrimentos e acelerar-lhe o processo de cura. Empenhai-vos em dar-vos conta exatamente de uma parte das particularidades patológicas do seu estado e, de outra parte, do que ela sente física e moralmente. Identificai-vos com ela. Imaginai tão claramente quanto possível a sua condição física e psíquica. Tal é o meio de colocar-vos em sintonia com vosso paciente e de influir utilmente nele.



## Influência pela comunicação do pensamento

A representação do estado de alma do sujeito "harmoniza" vossa mente com o "tom de vibração" do dele. Que idéias modificadoras gostaríeis de fazer irromper no seio da subconsciência dele? A vós cabe defini-las e meditá-las com a intenção, o desejo, a vontade de transmiti-los a ele. Essas idéias, impressões, sentimentos, contanto que não apresentem uma incompatibilidade absoluta com as disposições atuais do sujeito, vão agir nas ditas disposições e incitar nelas modificações no sentido que desejais. Imaginai a mudança de atitude que isso pode acarretar. Representai-vos o sujeito animado de disposições um pouco mais favoráveis que no dia anterior. Vede-o agir em conformidade com elas. Cuidai de que ele se aproxime sensivelmente do vosso ponto de vista, que seu estado de alma esteja "em transformação". Por antecipação, evocai as modificações sucessivas que vossa ação dia por dia vai determinar nele, prefigurai a culminação dessa evolução, a harmonia final de vossos respectivos sentimentos. Em resumo, construí e projetai na tela de vossa imaginação um verdadeiro filme, partindo da situação atual e depois todas as etapas de seu desenrolar, desde as mais ligeiras variações até a consecução de vossos desideratos.

## Devaneio e projeção ativa

Devo colocar o leitor em guarda contra a confusão, que ele poderia fazer, entre o fato de abandonar-se a

um devaneio passivo e o esforço mental característico da comunicação ativa do pensamento.

O "sonho desperto" coloca o experimentador que a ele se aplica em sintonia relativa com esta ou aquela pessoa em que pensa, mas trata-se, então, de uma sintonia receptiva, não emissiva. Semelhante receptividade permeabiliza o subconsciente para as influências exteriores e, mais particularmente, para a das pessoas cuja imagem se evoca. Ela estimula, às vezes, manifestações de dupla visão,[1] mas não opera nenhuma ressonância modificadora.

Na "projeção ativa", a imaginação não vai à deriva como no devaneio; sua atividade dirige-se, conforme um plano premeditado, para um determinado "norte".

As imagens encadeiam-se com coerência, com verossimilhança, dinamizadas por uma tensão enérgica do espírito.

Quanto mais sonhais com uma pessoa, mais vos subordinais à sua influência, mais vos avassalais à sua vontade. Sonhar com alguém é colocar-se sob sua dependência: uma tal atitude mental desenvolve a impressionabilidade, mas aniquila os elementos dominadores do magnetismo pessoal.

### Substituição

Se conseguirmos identificar-nos profundamente com a pessoa do sujeito, torna-se possível proceder por substituição. Isto consiste em imaginarmos *ser* o sujeito e em pormo-nos no mesmo estado de alma que ele; depois, em sentir as impressões, as emoções que gostaríamos que ele experimentasse, em tomar em consideração as inspirações, idéias de modo a levá-lo àquilo que desejamos.

---

(1) Ver *Traité théorique et pratique de la double vue* (Edições Dangles, Paris).



Esse procedimento parece fácil, simplista. Não percais de vista que ele pressupõe um conhecimento exato, preciso, pormenorizado, completo e objetivo da psicologia do sujeito, pois cumpre só emprestar-lhe pensamentos compatíveis com sua sensibilidade e sua mentalidade.

A execução desse modo de influência pode ser levada a cabo diversas horas cada dia e mesmo, se se dispuser de tempo integral, dias inteiros. Ela incita a um verdadeiro desdobramento, a uma espécie de transferência cujo efeito ultrapassa em rapidez e em intensidade qualquer outra forma de ação telepsíquica. Isso não acontece totalmente sem inconvenientes. Toda medalha tem seu reverso. Insuficientemente exercitado, o experimentador arrisca-se a criar em si um estado de "dupla consciência", vale dizer, de desequilíbrio cerebral. Também convém que ele, antes de abordar a "substituição", adquira, por uma cultura psíquica assídua, um grau de estabilidade e de vigor mental acima da média.

### Técnica hipnótica

Os praticantes do hipnotismo, isto é, aqueles que adquiriram a segurança e a virtuosidade necessárias para provocar facilmente os fenômenos correntes de "sugestão em estado de vigília" e de hipnose sonambúlica, podem usar o seguinte procedimento:

*a*) Evocar a imagem exterior do sujeito que se representará sentado numa poltrona, em frente do praticante;

*b*) Efetuar sobre essa imagem as seis manobras clássicas usadas para determinar a hipnose;[1]

c) Sugerir ao sujeito, assim adormecido, um sonho no qual sinta ele manifestar uma modificação de suas disposições morais; representá-lo pensando, falando, agindo sob o império das sugestões que lhe sejam endereçadas. Essas sugestões podem ser verbais ou mentais:

---

(1) Ver *Magnétisme, hypnotisme, suggestion* (Edições Dangles).

nos dois casos, é a repercussão telepsíquica delas que age;

*d*) Para acentuar a subordinação do sujeito, pode-se intercalar entre b) e c) um tempo de execução de sugestões motrizes análogas àquelas que os hipnotizadores acostumaram-se a mandar realizar por aqueles que adormeceram a fim de melhor se assegurarem da automática passividade deles;

*e*) Terminar com todas as pós-sugestões que se julgue de natureza a influir no próximo comportamento do sujeito.

Esse procedimento não poderia, em nenhum caso, fazer mergulhar numa hipnose real, na inconsciência, a pessoa cuja *imagem* é aplicada. Ele influi nela sem que esta possa dar-se conta. Sua eficácia advém de que ele suscita no emissor uma série de representações bem precisas, acompanhadas de uma tensão ardente da vontade.[1] Se o momento da sua execução coincide com uma hora em que o sujeito durma profundamente, de sono natural, isto favorece-lhe os efeitos.

## A sintonia com desconhecidos

O leitor atento já compreendeu que, voluntariamente ou não, todo indivíduo encontra-se em sintonia psíquica com numerosos desconhecidos. Semelhanças e complementarismos criam automaticamente uma "relação" simples ou múltipla. Se, por exemplo, sentis a avidez de um saber qualquer, uma "atração" estabelece-se entre vós e aqueles que estão em posição de comunicar-vos esse saber. Quanto mais ardente for a avidez, mais o efeito será rápido. A mesma lei subsiste no que concerne à vida afetiva: a acuidade de vossa sensibilidade atrai para vós tal pessoa provida de uma sensibilidade análoga; a lei verifica-se igualmente nas acepções materiais

(1) Ver *Magnétisme, hypnotisme, suggestion* Edições Dangles).



e tende a agregar a cada um de nós pessoas animadas de ambições iguais às nossas e dotadas de faculdades da mesma envergadura que as nossas.

Basta, portanto, evocar mentalmente uma entidade humana provida de atributos precisos, que representemos claramente, para imantar para nós um ser real idêntico à imagem atrativa assim criada.

Isso não se realiza num dia, mas após repetições cotidianas prolongadas, por semanas e talvez meses, da evocação em questão.

Estai bem certo de que o tipo exatamente conforme ao vosso ideal, às vossas aspirações, aos vossos desejos, existe num lugar próximo ou afastado e que estais em posição de provocar, por vossa influência psíquica, reagindo pela corrente de ouro dos intermediários naturais, o encontro, e, se for o caso, a simbiose.

Pela prática da concentração sintonizante, aqueles a quem a utilização da vossa aptidão, conhecimentos ou possibilidades seriam preciosos, virão até vós.

O que procurais, qualquer um deseja dele dispor: obstinai-vos em querer o que procurais e encontrareis "fortuitamente" o alguém.

As pesquisas materiais, os esforços realizados pelas vias ordinárias não devem ser negligenciados pelo fato de que se utiliza a ação mental. Toda diligência ardente faz-se acompanhar, com efeito, de uma irradiação cujo papel permanece considerável.

Trabalhar, agir, sobretudo com atenção e com energia, ajuda a manter a orientação do espírito para o resultado a que visamos e serve de apoio à concentração propriamente dita.[1]

(1) Verifiquei muitas vezes que a ação telepsíquica que acompanha uma tentativa material, com vistas à obtenção de um resultado, pode levar este por um caminho imprevisto, enquanto a tentativa, propriamente dita fracassa de todo.

# IV

# A AÇÃO TELEPSÍQUICA MEDICADORA

*A medida das possibilidades. — Considerações orientadoras. — O elemento objetivo. — O elemento subjetivo. — Princípios a observar no curso de cada sessão. — As disposições morais. — Conhecimentos necessários.*

## A medida das possibilidades

Ao tomar conhecimento do oitavo capítulo (Livro I), o leitor apreendeu o essencial daquilo que é necessário saber para influir utilmente no estado de um doente. Iremos considerar aqui diversos esclarecimentos destinados, quer ao médico especializado no tratamento mental, quer a qualquer pessoa animada de um ardor assaz vivo para empreender, em vista de ótimos resultados, um trabalho que comporta a aquisição de conhecimentos fisiológicos e patológicos pormenorizados e um esforço ao mesmo tempo intenso e assíduo.

A extensão das possibilidades terapêuticas da influência radiopsíquica não poderia, no estado atual de nossos conhecimentos, ser delimitada exatamente. Adquiri a certeza experimental de que, à distância como de perto, a ação mental tem, em qualquer caso, uma eficácia certa. Nas doenças agudas, o agente telepsíquico pode contribuir em medida apreciável para sustentar as reações de autodefesa, a natureza medicadora cooperando assim com os efeitos da medicina clássica. No que

concerne às doenças crônicas, bem poucos casos foram tratados para permitir uma asserção generalizada, mas tem havido curas incríveis.

Resultados surpreendentes se manifestam quando se trata de perturbações funcionais sem substrução etiológica tóxico-infecciosa. É que a influência irradiante do psiquismo humano exerce uma atração essencialmente reguladora, reorganizadora e estimulante. Sabe-se que certas lesões podem ser compensadas por um processo espontâneo: este fica ativado se o paciente receber um tratamento mental. Enfim, na maioria das neuroses e das psicoses sem lesões, a influência telepsíquica pode determinar, por si só, curas radicais e definitivas enquanto que numerosos tratamentos, mesmo a psicoterapia e a sugestão hipnótica, permanecem pouco eficazes.[1]

Em resumo, não estamos na presença de uma panacéia, mas de um meio de ação excepcional.

### Considerações orientadoras

Assim como foi posto em evidência no Livro I, a ação telepsíquica impregna o inconsciente e predomina progressivamente. O que é sugerido imiscui-se nos múltiplos e obscuros determinantes do pensamento espontâneo do sujeito e tende a modificar sua resultante. Segue-se que uma pessoa sugestionada telepsiquicamente não tem jamais consciência do fato que uma influência exterior se exerce sobre ela. As novas disposições que lhe vêm ao espírito parecem proceder dela própria. Sua fonte se identifica à das próprias inspirações e impulsos dela.

Ora, o inconsciente mantém sob sua dependência a integridade do sistema orgânico-vegetativo. Sua atividade repercute em todas as funções. Donde a eficácia terapêutica da sugestão mental.

(1) A psicoterapia e a hipnose provocam às vezes resistências inconscientes que paralisam as melhores sugestões verbais. A sugestão mental que age sem que o sujeito tenha dela consciência não suscita nenhuma reação no seio do seu subconsciente.



Ninguém duvida de que o complexo neurocerebral representa, em face dos mecanismos fisiológicos, o papel de regente de orquestra, e isso bastaria para explicar como é possível que a medicina psíquica possa curar quando tudo o mais malogra.

Mas a substância mesmo do cérebro e do sistema nervoso, seu prolongamento ramificado, é somente o fundamento de um elemento mais sutil.

"Quando se estuda o corpo humano, que se pensa a princípio ser a nossa mais firme realidade, escreve o Dr. Paul Carton [1], percebe-se o fato desconcertante de ser ele composto de elementos orgânicos e químicos em contínua instabilidade... A todo instante materiais são absorvidos, depois elaborados e fixados nos órgãos e por fim usados, eliminados e substituídos, de modo que ao fim de certo número de meses nada do que compunha nosso corpo existe mais, malgrado a persistência do mesmo aspecto, das mesmas tendências, do mesmo plano mental, fisiológico e físico, que constitui a identidade pessoal.

"Existe pois, no homem, qualquer coisa que se assemelha, num potencial não visível, a um elemento construtor e conservador da forma e uma permanência orientadora que é não-material."

Por seu lado o Dr. Geley, na sua obra *l'Etre subconscient* [2], chama a atenção para "a permanência da personalidade apesar das perpétuas variações moleculares do organismo."

As conclusões desse eminente especialista da metapsiquia são formais:

(1) Dr. Paul Carton: *Le guide de la vieillesse.*

(2) Dr. Geley: *l'Etre subconscient,* Alcan editor.

"Existe no Ser vivo um dinamopsiquismo que constitui o essencial do eu e que não pode absolutamente reduzir-se ao funcionamento dos centros nervosos. Esse dinamopsiquismo não é condicionado pelo organismo; bem ao contrário, tudo se passa como se o organismo e o funcionamento cerebral estivessem condicionados por ele." [1]

O dinamopsiquismo em questão é o "duplo" do qual falamos no capítulo XII, esse duplo que a antiguidade culta considerava como o conector essencial da vida fragmentária das células constitutivas do organismo. *A ação telepsíquica emana do duplo e age sobre o duplo.* Ela transfunde a vida, sustenta o energismo, comunica equilíbrio e regulariza as funções. Esses resultados são inseparáveis mas distintos do poderoso conforto moral que ela engendra e das modificações que determina na condição mental do sujeito.

**O elemento objetivo**

Para praticar a terapêutica telepsíquica, não basta estar animado de boas intenções, de entusiasmo, nem mesmo ter adquirido a intensidade de concentração requerida para a experimentação da sugestão mental. É necessário, ainda mais, possuir noções extensas de fisiologia e de patologia a fim de poder visualizar com precisão o que se passa no organismo do paciente, isto é, as características *internas* do seu estado.

Para dar uma idéia disto, eis um exemplo. Meu saudoso mestre Hector Durville, tendo em vista modificar certas manifestações de uremia de Bright, visualizava assim, acompanhando com muita exatidão o funcionamento do aparelho renal, a ação mental que tentava exercer:

"Do hilo, penetro no interior pela artéria, seguindo-lhe as divisões e subdivisões até às arteríolas, e volto

(1) Dr. Geley: *De l'inconscient au conscient,* Alcan editor.



pelas vênulas, pelas subdivisões e divisões da veia renal. Terminado esse percurso, entro no nervo que segue a artéria até as arteríolas dizendo-me: penetro pela parte sensível do nervo, sigo suas divisões e subdivisões até a extremidade e volto pela parte motora do nervo. Do hilo, penetro na bexiga, que preencho. Concentro-me no alto para ir para baixo e também diversas vezes de baixo para cima e de cima para baixo, como que para friccionar os cálices. Daí, pelos ureteres, penetro numa pirâmide de Malpighi, imaginando bem a ação que vou ali exercer e que se transmitirá a todas as outras. Percorro os tubos retos e os tubos curvos até os glomérulos de Malpighi e ajo por pressão nestes últimos como que para alargar as malhas dos filtros a fim de permitir às toxinas passarem, em vez de ficarem no sangue. Executo idas e voltas, dos glomérulos ao cálice e deste aos glomérulos para abrir bem todos os tubos uréticos e favorecer a circulação."[1]

Ainda que excepcionalmente dotado e exercitado do ponto de vista emissivo, aquele que foi o mais ilustre prático do século punha a mais minuciosa atenção na representação mental precisa de cada estado patológico cuja cura empreendia. Ele obteve, assim, inúmeras curas inesperadas.

Hoje em dia, um médico versado em psicoterapia, o Dr. Oudinot, inspirando-se ao mesmo tempo nos trabalhos de Hector Durville e nas recentes aquisições da psicofisiologia, leva em conta não somente que a etiologia e a anatomia patológica permitem considerar, mas ainda o tipo humoral de cada doente e seus antecedentes.

Ele se esforça por compreender a origem longínqua, predisponente, do mal, suas diversas manifestações ou pelo menos seus pródromos no curso do passado, avaliar o grau de vigor das reações de autodefesa do paciente, tudo isto com vistas a *imaginar* com coordenação

(1) Durville (Hector) *Magnetisme Personnel.*

o organismo, arranjo estrutural de suas engrenagens, suas tendências patológicas naturais e o atual limite destas.[1]

Na falta de conhecimentos médicos extensos, o experimentador desejoso de usar sua própria influência telepsíquica para tratar um doente (entre seus próximos por exemplo) terá interesse em adquirir noções ao menos sumárias de anatomia e fisiologia de modo a poder consultar com proveito um tratado pormenorizado de patologia de onde tirará uma concepção tão precisa quanto possível do caso de seu doente.

## O elemento subjetivo

A visão lúcida dos mecanismos internos ajuda o operador a colocar-se em sintonia com o sujeito, quer dizer, a compreender o que ele sente, imaginar seu estado cenestésico, numa palavra, *emocionar-se utilmente* num sentido análogo ao do "ardor cobiçoso" que foi diversas vezes tratado no Livro I.

A sintonia, a emoção concorrem, com efeito, para criar o ardor cobiçoso de resultados desejáveis, seja ele alívio, apaziguamento, regularização, melhora, cura.

A atividade psíquica atinge seu máximo de eficácia quando se manifesta ao mesmo tempo de modo *volitivo* (determinação de reconduzir ao normal o estado do paciente), de modo *intelectivo* (representação dos mecanismos viscerais em causa) e de modo *sensitivo* (compaixão), suscitada pela evocação da espécie e do grau de mal-estar, de aflição ou de sofrimento cuja presença se conhece e que importa atenuar, para depois fazer cessar.

(1) Dr. Oudinot: *La Médecine, les Sciences secrètes et leurs ressources thérapeutiques* (Edições Dangles).



## Princípios a observar no curso de cada sessão

Se o operador seguir as indicações precedentes, conseguirá criar em si próprio o estado psíquico ótimo descrito no parágrafo anterior. No momento fixado para a sessão cotidiana, ele se isolará no silêncio de um quarto iluminado exclusivamente por uma leve luz azul, colocada de preferência atrás de si. Imaginará então ver o doente como se estivesse na cabeceira deste.[1]

Depois de ter-lhe considerado de dez a quinze minutos o aspecto exterior, esforçar-se-á por "ver dentro", isto é, evocar o que se passa no organismo do paciente, isto com a maior precisão possível, e depois o que se deveria passar normalmente; noutros termos, o estado patológico atual e o jogo normal das funções momentaneamente perturbadas.

A influência modificadora do pensamento do operador exercer-se-á então com plena eficácia se ele visualizar então as melhoras mais imediatamente desejáveis, a diminuição das manifestações dolorosas, o repouso, o apaziguamento.

Ver em seguida o doente dormir profundamente, tranqüilamente, as feições distendidas, a respiração normal; sugerir-lhe uma longa noite de repouso recuperador e regularizador. A importância do estado sonial, qualquer que seja o caso, é considerável. Eis por que a sessão cotidiana deveria ser, de preferência, à noite, no momento em que sabemos que o doente procura dormir.

Assistir em seguida ao seu despertar no dia seguinte, despertar acompanhado de um sentimento de bem-estar, de uma atenuação das perturbações, do retorno das forças, de pensamentos otimistas, reconfortantes, em particular os da cura. Imaginar as fases sucessivas

(1) Lembro que influenciamos mais facilmente uma pessoa se já a tivermos visto em carne e osso. Na maior parte dos casos, esse contato visual é indispensável.

do dia do doente e querer que, de hora em hora, ele tenha a impressão de "subir a encosta".

Por fim, voltar a representação objetiva do estado do doente, de maneira a agir nos órgãos em causa e em suas funções, a estimular estas, a ativar-lhes os mecanismos.

Seria pouco sensato sugerir modificações ou melhoras de rapidez incompatível com o estado do paciente, com a gravidade do caso ou com a origem longínqua de suas perturbações. A telepsiquia não opera milagres: acelera, intensifica o processo, o encaminhamento das modificações tissulares, funcionais e orgânicas cuja culminação é o retorno à normalidade.

Como para qualquer outra intervenção, um plano minuciosamente estabelecido é necessário para guiar, coordenar a ação do operador no decorrer das sessões cujo conjunto constituirá o tratamento.

Bem entendido, o plano teórico composto desde o começo do tratamento continuará a ser objeto de uma flexível e constante revisão, à medida que os resultados se manifestem.

### As disposições morais do doente

Três casos podem apresentar-se:

*a*) O doente sabe que uma influência telepsíquica exerce-se sobre ele e a considera com confiança;

*b*) O doente sabe que uma influência telepsíquica exerce-se sobre ele e ele a considera com ceticismo;

*c*) O doente ignora a tentativa do operador.

No primeiro caso, para ajudar o interessado a pôr-se em estado de receptividade, colocar-se-á diante dele, de maneira que o possa olhar sem esforço, uma ampliação de fotografia do operador, e aconselhar-se-á a ele dirigir o olhar para essa imagem durante o tempo de



cada emissão. Se ele adormecer no decorrer da sessão, isso será ainda melhor, pois o sono é essencialmente reparador e as últimas imagens que o precedem agem poderosamente no inconsciente.

No segundo caso, seria vão tentar obter a confiança do paciente.

Em primeiro lugar, essa confiança não tem importância considerável; depois, toda tentativa de fazê-la nascer não teria outro resultado, em noventa e cinco por cento dos casos, senão o de suscitar disposições contrárias.

Enfim, se o paciente ignorar que se tenta influir nele telepsiquicamente, a experiência só poderá ser mais interessante, pois não se atribuirão os resultados à autosugestão. Acreditei por muito tempo que a receptividade do sujeito constituía uma condição essencial para a eficácia de um tratamento telepsíquico. Uma experiência tentada, há 25 anos, num diabético sexagenário, que ignorava até minha existência, abalou essa convicção, visto que, desde as primeiras sessões, a taxa da glicosúria e da acetonúria desabou literalmente, e desapareceu em algumas semanas. Não houve recaída. Animado por essa tentativa, eu, nos anos seguintes, verifiquei por uma vintena de provas em casos bem diferentes, que se pode influir utilmente num doente sem que este o saiba absolutamente. O que parece ainda mais incrível é que os deficientes cerebrais — mitômanos, paranóicos, delirantes — possam sentir a influência telepsíquica curativa; e entretanto assim é.

### Conhecimentos necessários

Insisti, no parágrafo 3, na importância de uma representação precisa das características de cada caso cuja cura se queira tentar. Para ir do geral ao particular, eis a indicação de algumas obras cujo estudo dará a cada um a possibilidade de compreender claramente os componentes da entidade humana, depois, pormenores

das perturbações e alterações que constituem cada doença.

Dr. P. Carton — *Diagnostic et conduite des tempéraments*, e do mesmo autor *L'Art médical* (Le François, Paris).

Dr. A. Hitier — *La Machine humaine* (Delagrave, Paris).

Hédon — *Précis de physiologie* (Doin, Paris).

Dr. G. Encausse — *Essai de physiologie synthétique.*

Forgue — *Pathologie externe* (Doin, Paris).

Collet — *Pathologie interne* (Doin, Paris).

Rogues de Fursac — *Manuel de Psychiatrie* (Alcan, Paris).

A boa vontade, ou a vontade apenas, devem ser respectivamente consideradas como uma certa orientação e um certo grau de tensão do pensamento, esse agente cujo poder exterior é imenso, mas que exerce trato mais conformemente às intenções do emissor quanto maior seja a precisão com que é dirigida.

Essa precisão, no que concerne à ação medicadora, necessita de claras concepções sobre a estrutura, o funcionamento, as disfunções e lesões da máquina orgânica.

Claro que só a intenção, quando irradiada com intensidade, longamente, obstinadamente, pode, por si só, determinar resultados consideráveis, o que explica certas curas extraordinárias obtidas por "curandeiros" unicamente armados de uma fé ardente e de um dinamismo intenso. Na maioria dos casos, e sobretudo nos casos rebeldes, a fé e o dinamismo triunfam mais rápido e mais seguramente com a ajuda do saber.

Uma última palavra. Tratamos, no capítulo II, da questão do "magnetismo pessoal". Em igualdade de saberes, o que dele for dotado impressionará sempre infi-



nitamente melhor um aflito que o que não possua as qualificações de onde procede essa influência. Quer se trate de uma pessoa conhecida do paciente, do acompanhante, do enfermeiro especializado ou mesmo do médico, uma presença magnética contribui em medida considerável para o bom efeito dos cuidados e dos medicamentos, porque ela acalma, assegura, reconforta não somente o moral, mas o ser total, até as fontes mais profundas de sua vitalidade.

A lei de "intensidade" que tratamos no capítulo II assume uma importância particular na ação telepsíquica medicadora.

De maneira geral, pode-se dizer que o homem sem paixão é comparável a um motor sem carburante. A intensidade psíquica procede da paixão. Poderíeis imaginar um virtuose da metafísica que não estivesse animado de paixão pelas ciências abstratas? Pode-se conceber um homem de Estado cuja paixão pelo poder não impulsionasse? Um artista sem paixão pela beleza e pela harmonia? Um "money-maker" sem paixão do dinheiro?

Interpreta-se geralmente a palavra paixão em suas acepções pejorativas. Nós levamos em conta aqui a significação principal: intensa avidez, espiritual ou material, afetiva ou intelectual.

É a paixão do poder telepsíquico que constitui a qualificação do experimentador. É a paixão de curar, de suprimir a dor, de regularizar as agitações perturbadoras do equilíbrio orgânico que cria o ardor concentrado e o encarniçamento indispensáveis para alcançar uma cura, sobretudo quando difícil.

Esse mesmo ardor dará a cada qual a determinação necessária para entregar-se aos estudos cuja discussão acaba de ser feita; ela engendrará nele a avidez de um conhecimento extremo da máquina orgânica, sobretudo se ele compreender claramente que ao velho adágio "Querer é poder" convém acrescentar "desde que se tenha saber".

# V

# A CORRENTE TELEPSÍQUICA

*A origem da corrente. — Práticas empíricas. — Corrente deliberada. — Objetos materiais. — Tratamentos físicos. — Tratamentos morais. — Contracorrente.*

## Origem da corrente

Inconscientemente, cada um de nós entra em invisível relação com aqueles cujo pensamento, aspirações e ânsias se revelam complementares ou análogos dos seus. Inversamente, influímos em pessoas antagônicas da mesma maneira que estas agem sobre nós, numa modalidade estimulante ou perturbadora, conforme sejamos fortes ou fracos.

Quando diversos indivíduos procuram harmoniosamente o mesmo objetivo, formam uma espécie de bateria mental cuja eficácia específica será mais poderosa se permanecer silenciosa e secreta, para não acordar possíveis opositores.

"A corrente emitida por um pequeno círculo de indivíduos bem unidos e sempre de acordo é de valor inestimável e poderoso, diz Prentice Mulford; ela atrai o pensamento e a força dos sábios, espíritos vigorosos e benevolentes atraídos assim para o grupo e que virão em auxílio deles desde que um de seus membros manifeste o desejo disso. A geração de pensamentos nobres e puros emitidos em comum, a busca da verdade, o de-

sejo do bem universal purificam a inteligência, aumentam a energia, preservam do erro e dos dissabores, melhoram a saúde. Ela comunica, por outro lado, uma potência que atrai todos os bens materiais."

Uma família unida e bem hierarquizada representa o tipo de corrente fecundo que existe. O acordo organizador, a equitativa repartição dos deveres de cada pessoa, um objetivo comum bem definido e para o qual todos cooperem, o assentimento à autoridade que as responsabilidades e a experiência implicam, tais são as características de uma corrente familiar perfeita, abdutora de saúde, êxito e satisfação.

Falando em geral, lucramos em viver dentro de um grupo restrito no seio do qual venhamos exercer uma iniciativa coordenada à de todos os membros do grupo.

A dispersão e a passividade aniquilam os recursos mentais, mesmo nas pessoas mais bem dotadas.

Prentice Mulford, em sua obra capital, *Nossas Forças Mentais,* já anteriormente citada, precisou admiravelmente o mecanismo das inter-reações psíquicas.

"Todo lugar de reunião, todo salão, diz ele, onde se encontrem pessoas ociosas sob maior ou menor influência de um estimulante; todo meio, qualquer que seja sua destinação convencional, se as pessoas que o freqüentam mentem ou agem enganosamente, é um reservatório de pensamento inferior. Dali ele jorra, tão real, ainda que invisível, quanto a água que brota de uma fonte. Todo grupo de pessoas tagarelando, mexericando, propagando escândalos, é uma fonte de maus pensamentos, do mesmo modo que toda família onde reine a desordem, as palavras acrimoniosas, os olhares irritados, o humor ácido. Mesmo dotado de uma robusta estrutura mental, ninguém pode viver em tal meio sem que ele o afete. É necessária uma perpétua tensão de forças para resistir-lhe. A pessoa acaba por comprometer-se, por ficar presa como numa rede, por cegar-se



pela obscuridade desse meio, abatida sob o fardo que ele impõe. Vós mesmo pudestes observar como estais livre de qualquer desejo desordenado quando deixais a cidade para residir no campo. "Cercados como estamos pela invisível força-pensamento, continua Mulford, é uma necessidade a de procurar exclusivamente a presença das pessoas cujas aspirações sejam naturalmente retas. Reunir-se freqüentemente com um grupo assim composto, engendraria, por silenciosa comunhão, uma corrente límpida de pensamento. Através de tal cooperação, cada membro do grupo terá mais força para abrigar-se, em vigília ou durante a noite, dos ataques desfavoráveis e das influências destrutivas que o cercam. Constituir-se-á assim uma corrente que ligará cada um dos participantes à região espiritual mais alta, mais pura e mais poderosa."

Assim, nosso comportamento, conforme a orientação dos pensamentos que implica, integra-nos ou numa comunidade psíquica favorável ou numa confluência de forças desorganizadoras.

### Práticas empíricas

A noção de interferências radiopsíquicas inspirou um certo número de práticas supersticiosas cujo caráter empírico restringe-lhes considerável eficácia, pois, pressupõe um assentimento que se encontra exclusivamente entre as pessoas de mentalidade subjetiva. Tais são as "correntes-preces" que circulam em diversas regiões e merecem crédito malgrado a desaprovação dos especialistas em ortodoxia. Muitas pessoas encontram um dia, na sua caixa de correio, uma fórmula de invocação, acompanhada do conselho imperativo (sob pena de atrair toda a sorte de calamidades) de copiar sete vezes a dita fórmula e enviá-la depois a sete pessoas com a obrigação de cada uma delas fazer o mesmo. Aos obedientes, prometem-se saúde, lucros e satisfações assim como êxitos excepcionais.

Não executar o pedido será "quebrar a cadeia" e cortar o fio com uma espécie de espada de Dâmocles. Concebe-se que algumas pessoas o executem mais por receio do que por convicção.

Ora, ceder à ameaça equivale a colocar-se num estado de passividade, ao passo que o vigor psíquico provém da iniciativa e da objetividade.

Existiram também os "clubes do sucesso" dos quais o primeiro foi lançado nos Estados Unidos por volta de 1900 por A. Victor Segno, autor de uma obra intitulada *A Lei do Mentalismo*. Todo adepto recebia cada mês um envelope onde se encontrava uma fórmula curta. Em princípio, cada dia, no mesmo instante, todos os participantes punham-se em comunicação mental, lendo a fórmula-chave e o potencial-pensamento de todos agia em proveito de cada um. Para que tal prática produza resultados, seria preciso que a fórmula motivasse representações idênticas em todos, ao passo que cada pessoa a considerava de modo diferente segundo seu grau de cultura, suas predisposições e seus desejos particulares, digamos "através do vidro colorido de seu subconsciente".

Não faltava envergadura às concepções do Sr. Segno, mas sua tentativa falhou, porque não levava em conta a infinita diversidade das mentalidades, portanto do número restrito de possíveis sintonias.

### Cadeias deliberadas

Pretendo tratar aqui das condições a cumprir para constituir, com propósito deliberado e com total conhecimento de causa, uma cadeia de influência telepsíquica.

Eis as condições:

*a*) Cada participante deve conhecer com precisão as leis de influência em questão;

*b*) Três deles — pelo menos três — serão experimentadores com prática, seguros de si, isto é, que obtiveram no passado resultados indiscutivelmente positivos pela execução das indicações, expostas na primeira parte deste livro. Se só um deles for prático, sua supremacia (mesmo justificada) permanecerá duvidosa no espírito de alguns de seus cooperadores. Dois, número bipolar, não convém, porque produz inevitavelmente antagonismo. Três ou mais permitem a sinergia harmoniosa;

*c*) O objetivo visado deve ser tal que todos os participantes sintam a seu respeito um ardor ávido e intenso;

d) São indispensáveis: uma visão de conjunto comum, um plano concebido e decidido com o assentimento de todos, depois subdividido em etapas das quais só se abordará a segunda depois de atingida a primeira.

Isto posto, resta considerar o *modus operandi*.

Este se apesenta sob um tríplice aspecto:

1.º Todos os participantes, reunidos, *silenciosamente*, [1] tão freqüentemente quanto possível, realizarão a edificação de imagens mentais e o esforço de concentração previsto para a sessão em curso, sendo definidos pelos três chefes da corrente a ordem e o objeto das sessões;

2.º Nos dias em que os participantes não se reunirem, cada um deles, num momento comum a todos, isolar-se-á no silêncio e efetuará (depois de ter visualizado na imaginação todos os colegas) o esforço psíquico conforme o programa previsto para aquele dia;

3.º A atividade intelectual e material de todos será coordenada, na vida cotidiana, em função do perseguido.

No que concerne a este último, uma só consideração importa: que seja legítimo, isto é, conforme aos princípios da mais irreprochável retidão.

(1) A fala dispersa as energias mentais. A concentração necessita de silêncio.

Veremos no parágrafo VII que o desconhecimento dessa lei suprema, a Eqüidade, acarreta sanções automáticas de importância exatamente proporcional à potência exercida.

### Objetivos materiais

Toda comunidade de interesses implica uma cadeia telepsíquica de que participam inconscientemente todos os interessados. Se um deles, garantido por um saber preciso e uma segurança experimental adquirida pela prática, exerce sobre seus colaboradores uma ascendência tal que o torna "líder" a coordenação dos esforços de todos realiza-se assaz vantajosamente.

O essencial é que a prosperidade do caso, seu objeto, seu desenvolvimento permaneçam continuamente *no primeiro plano* das preocupações dos associados. A soma dos ardores ávidos constitui então uma sinergia extremamente possante. As divergências relativas à direção do próprio caso contribuem para diminuir o rendimento, pois acarretam uma dispersão das forças mentais orientadoras e uma repercussão inibidora.

Do mesmo modo, a concentração de conjunto sofre desvio quando um dos participantes começa a sentir mais interesse por um objetivo pessoal, privado, do que pelo objetivo comum.

As melhores condições psíquicas de êxitos financeiros, industriais ou comerciais *estáveis* são, por ordem de importância, as seguintes:

a) Concepção em harmonia com o interesse geral;

b) Comportamento leal frente à competição;

c) Hierarquia justificada por avaliação judiciosa dos valores individuais e harmoniosamente coordenada com o cuidado de determinar o assentimento de todos;

d) Reunião regular e freqüente dos dirigentes com vistas a "acertar os ponteiros", a confirmar-lhes (adap-



tando os objetivos ao momento presente) as decisões e a comunicar renovado impulso aos seus executantes;

e) Execução das indicações dadas anteriormente no parágrafo 3, no que concerne às sessões telepsíquicas coletivas.

### Tratamentos físicos

As pessoas que convivem com um doente influem-no coletivamente, mas nem sempre harmoniosamente, por mais bem intencionadas que sejam, pois a unanimidade da afeição não se acompanha necessariamente da de pensamento, de atitude e de comportamento.

Quando escrevemos a palavra "psiquismo", entendemos, a um só tempo, a atividade puramente intelectual e a vida afetiva: uma e outra são inseparáveis. Poderíamos compará-las a uma engrenagem de duas rodas dentadas e dizer que o que anima uma acarreta na outra um movimento conexo.

Suponhamos que, no seio de uma família muito unida, exista um doente cujo estado apiede a todas as pessoas. Forma-se assim uma corrente afetiva cuja influência coletiva contribui para sustentar a vitalidade e o moral do paciente.

Essa corrente seria mais efetiva se ao menos um dos participantes, munido de conhecimentos fisiológicos e patológicos suficientes, estivesse em posição de representar-se com precisão, primeiro como os mecanismos internos do doente encontram-se perturbados; em seguida, o processo de uma evolução normal do estado atual de equilíbrio, vale dizer, a cura.

O participante, ao efetuar cada dia, com todos os seus íntimos, uma sessão de emissão telepsíquica, dirigirá utilmente o total das energias psicoafetivas representadas por essa bateria humana.

O ótimo seria uma ação exercida por diversos especialistas, individualmente exercitados na observância das indicações do capítulo IV.

Nas doenças agudas, cumpre antes de tudo, transfundir no paciente um potencial enérgico destinado a sustentar-lhe as reações de autodefesa; em segundo lugar, pensar-se-á na atenuação do sofrimento; por fim, o sono do paciente será objeto de uma atenção especial, pois o fato de dormir cada noite, profunda e longamente, contribui, em larga medida, para qualquer cura.

Nas doenças crônicas, como nas crises agudas, importa principalmente a ativação do vitalismo. Em segundo lugar, convém sugerir ao doente a observação rigorosa das prescrições de higiene correspondentes ao seu estado. Estas duas condições reunidas bastam para melhorar consideravelmente o estado geral. Elas tornam possível as modificações tissulares, funcionais e orgânicas que cada um dos sugestionadores se representará claramente e com intensidade, em perfeita unanimidade com todos os membros da corrente.

O milagre instantâneo e mesmo as melhoras muito rápidas são excepcionais: é preciso tempo e persistência para efetuar curas radicais e *permanentes* através da ação telepsíquica, mas esta mostra-se amiúde eficaz onde todas as outras medicações fracassaram. Não existem casos, por mais desesperados que possam parecer, em que ela não possa determinar resultados apreciáveis.

### Tratamentos morais

Inspirando-se nos trabalhos de Dupré [1], alguns psiquiatras consideram a perversidade, paralelamente à mitomania, à hiperemotividade ou à paranóia, como psicose constitucional. Ao que parece, alguns indivíduos manifestam, a um só tempo e constantemente, a amoralidade e a inafetividade que, segundo Régis, [1] caracteriza a constituição chamada "perversa". Dupré insiste na irredutibilidade das tendências próprias, dita constituição e que se traduzem pela recidiva incessante e a incorrigibilidade. Se é verdade (e tudo nos leva a admiti-lo) que a constituição perversa provém de uma anomalia da estrutura cerebral, de uma singularidade anatômica, por exemplo, aqueles que a consideram sob o ângulo materialista só podem declará-la incoercível.

Entretanto, temos nós o direito de desesperar?

O cérebro, órgão *material* do pensamento, pode muito bem ser concebido como instrumento da entidade psíquica invisível cuja realidade foi posta em evidência por certos fenômenos de exteriorização [2] e de desdobramento — excepcionais, certo — mas perfeitamente verificáveis. Esta entidade, que os teósofos designam pela expressão "O Pensador", representaria, diante do cérebro, um papel análogo ao do pianista diante do piano.

Seja como for, a experiência mostra que uma corrente de vontades suficientemente aptas para concentração intensa, prolongada e regularmente efetuada, determina, pouco a pouco, modificações assaz profundas para atenuar largamente as anomalias mais graves.

Os resultados são mais rápidos quando se trata de influir sobre um ser normal momentaneamente transtornado por algum arrebatamento passional, desorganizado pelos efeitos de uma vida dissipada ou, mais geralmente, debilitado.

Para obter um novo comportamento, convém sugerir ao sujeito, em primeiro lugar, os pensamentos, as disposições morais capazes de engendrar a desejada modificação de conduta. Elas lhe virão ao espírito como

(1) Dupré: *Pathologie de l'émotivité et de l'imagination.*

(1) Régis: *Traité de Psychiatrie.*

(2) A heteroscopia, notadamente, ao menos a modalidade que permite ao metagnomo ler no inconsciente de uma outra pessoa.

pensamentos espontâneos e, prosseguindo o esforço, logo predominarão: desamor pela espécie de satisfação funesta a que ele se acostumou, aversão pelas conseqüências de seus trâmites atuais, ânsia daquilo de que elas o privam, despertar do sentimento de dignidade e das aspirações elevadas.

Como para todas as intervenções telepsíquicas, um plano metódico, dividido em etapas pormenorizadas de cada sessão, deve ser concebido de comum acordo por aqueles que empreendem juntos uma cura moral, pois a concordância de suas representações, seu uníssono, assegura-lhe a sinergia.

Como já assinalei, a sugestão mental tem sobre a sugestão verbal — especialmente nas advertências — a vantagem de não suscitar reações contrárias. A pessoa pode retorquir ao argumento mais judicioso, resistir às admoestações mais bem fundadas, mais bem expressas. De fato, elas despertam quase sempre, automaticamente, uma surda resistência, uma lamentável aversão. Aqueles que assumem a tarefa de influir mentalmente no moral de um ser têm a vantagem de abster-se de qualquer recurso à palavra; em outros termos, de sugestionar o sujeito sem que este o saiba.

### Contracorrente

Sabe-se que toda ação produz uma reação igual e de sentido oposto. Assim, o dinamismo irradiante de uma bateria de influência psíquica, por mais habilmente composta que ela seja, determina infalivelmente a formação de uma corrente antagônica quando os resultados visados pelos seus promotores implicam o desconhecimento dos direitos de outrem. O arbítrio e o despotismo galvanizam desde logo as energias mentais dos mais lúcidos e dos mais fortes entre os espoliados; depois, a invisível ressonância, de sua insurreição interior transmite-se dia por dia a numerosas outras pessoas e as coordenam numa soma sempre crescente de centros emissivos.



Há um quarto de século, no seio de um país na Europa, constituiu-se, sob a égide de algumas vontades resolutas, um centro de ação telepsíquica de envergadura sem precedentes. Seus organizadores conseguiram colocar noventa milhões de homens num estado de monodeísmo cegamente fanático.[1] Tudo o que observamos, aprendemos e verificamos tende a iluminar o fato de que o criador da corrente em questão procedeu — instintivamente talvez, mas com perfeita precisão — de conformidade com as leis do fenomenismo interpsíquico. O impulso centrífugo, irradiado do cume para a base (quer dizer, de uma vontade propulsora à multidão passiva, por diversas correntes intermediárias hierarquizadas), voltava ao cume de modo centrípeto, multiplicando então incomensuravelmente a potência deste.

Pelo próprio fato de sua implacável imperiosidade, essa formidável cadeia trazia em si, desde a origem, o determinismo de sua própria destruição. A intensa revolta silenciosa de alguns, difundindo-se do próprio fundo das prisões, comunicou-se a centenas, a milhares de seres até que continentes inteiros vibrassem em uníssono.

E como se manifestou, essencialmente, o choque de retorno? *Pela alteração progressiva da lucidez de espírito* dos principais detentores do poder central. A partir de um certo momento, suas avaliações e suas decisões foram de uma pasmosa extravagância. Nesses realistas, o senso das realidades parece estar, nos últimos tempos, integralmente obscurecido, a ponto de aliená-los para as mais claras evidências. Sua influência primitiva, interpondo-se entre o discernimento das pessoas a eles submissas e o mundo exterior, permite-lhes criar a psicose coletiva, graças à qual cada um tornou-se um dócil e ardente auxiliar de suas ambições.

Rigorosa, a lei repercutiva veio desorganizar e finalmente aniquilár o entendimento dos déspotas.

---

(1) Usamos a repressão para aniquilar as resistências. Somente a sugestão cria o assentimento entusiástico.

Ao longo de toda a História, vêem-se desmoronar em prazo maior ou menor, os regimes aparentemente mais bem concebidos, vêem-se fragmentar-se sucessivamente os impérios mais vastos.

É que não houve jamais regime rigorosamente justo nem império edificado por outros meios que não o uso arbitrário e desmedido da força brutal.

O uso político das forças psíquicas, cujo advento o segundo quartel deste século deveria ver, mostrou-se de uma eficiência incrivelmente rápida e maciça ao ponto de parecer identificar-se à certeza de uma irresistível supremacia. Mais fulgurante ainda foi a repercussão desorganizadora.

Restrita ou extensa, toda corrente emissiva de exigências contrárias à eqüidade vota-se a si mesma à inelutável destruição.



# VI

# A TELEPSIQUIA E O AMOR

*Considerações gerais. — Como despertar o amor. — Para prevenir a dissociação. — A importância de uma reação precoce. — As rivalidades. — Após a ruptura. — A vantagem de estar exercitado.*

## Considerações gerais

O capítulo VII do Livro I dá todas as indicações práticas necessárias para a "comunicação telepsíquica dos sentimentos". Iremos considerar aqui a questão sob um ângulo mais amplo.

Em obra anterior [1], tentei a análise desse estado psíquico que constitui o amor. Pode-se defini-lo: um complexo condicionado pela atração física e por um ou vários elementos de ordem afetiva. Péladan, o mais sutil dos psicólogos do século XIX, assinalou, em um de seus romances, [2] o que distingue o amor real do pára-amor tal como o defini em minha obra já citada:

"Há, diz ele, solidariedades, paralelismos de carreira, simultaneidades de prazer, há comércios de vaidades e cumplicidades variadas que tomam o lugar do amor."

(1) *Psychologie de l'Amour* (Edições Dangles).

(2) *Modestie et vanité* (Le Mercure de France).

Impelido pela sexualidade, todo ente jovem e inexperiente engana-se facilmente. Crê amar e ser amado, quando não se encontra, de modo algum, em presença do ser postulado por seu complexo afetivo.[1]

A isso se seguem numerosas e aflitivas desventuras.

Não há sombra de dúvida que a ação telepsíquica pode desempenhar um papel considerável na vida afetiva. Inconscientemente, mesmo aqueles que não têm nenhuma noção da influência em questão, exercem-na e sofrem-na contra a vontade. Seus ardores veementes, suas ânsias, atraem para eles diversas oportunidades. Eles próprios registram, sem dar-se conta disso, as ondas mentais emitidas pelos indivíduos que eles atraem.

Em matéria de amor, a atração de predominância sexual pode produzir-se entre dois seres cujos respectivos psiquismos só apresentem um mínimo de compatibilidade. Eis por que tantas uniões evoluem para o antagonismo.

Consideremos o que uma pessoa iniciada na telepsiquia deveria fazer desde quando começa a pensar na vida em comum:

a) Partir do princípio de que aquele ou aquela que encarna seu ideal existe num ponto próximo ou distante do globo;

b) Decidir-se, a agir de maneira a atrair este ser complementar;

c) Estabelecer uma representação mental do ser em questão, isto é, imaginar com precisão as suas características físicas, afetivas e intelectuais;

d) Efetuar cada dia uma sessão de concentração que consiste em representar-se o sujeito que se quer atrair e desejar que ele venha;

(1) Ver, do mesmo autor, *Psychologie de l'Amour* (Edições Dangles, Paris).



e) Recusar-se a aceitar as tentativas de aproximação de qualquer pessoa que não seja rigorosamente conforme à representação correspondente ao tríplice ideal visado;

f) Saber persistir e esperar até que a satisfação plena e completa seja obtida.

A prática deste método, já experimentada por certo número de adeptos, determina, sem falta, a abdução desejada. Isso se explica se considerarmos as leis gerais da sintonia, tais como as defini no capítulo III.

Posto que a maior parte das pessoas só chega tardiamente ao estudo das questões psíquicas, os problemas que se colocam mais freqüentemente são aqueles que têm relação com a indiferença, com a inconstância, com o fracasso no amor.

Iremos examinar sucessivamente esses diversos problemas.

Antes de tudo, temos de examinar um escrúpulo, por certo louvável, mas infundado, que nos é comunicado amiúde: "Influenciar alguém pela ação telepsíquica, com o propósito de conquistar-lhe o amor ou atraí-lo, parece a alguns uma espécie de abuso, uma tentativa de avassalamento, uma empresa indiferente ao livre arbítrio do sujeito.

Entretanto, ninguém hesita em usar dos recursos mais variados da sugestão verbal para chegar aos seus fins.

Ora, a sugestão mental, a influência telepsíquica é tão natural, tão inseparável da vida quanto a sugestão verbal — digamos, quanto a palavra e suas propriedades persuasivas — Vós influis, *tendo ou não intenção disso*, em qualquer pessoa, desde o instante mesmo em que nela pensais com o desejo de obter dela alguma coisa.

Se possuís uma certa virtuosidade persuasiva, não hesiteis em vos servir dela. Não há por que hesitar mais

em utilizar a influência invisível que emana de vós quando, a sós, no silêncio e no recolhimento, praticais a concentração do pensamesto.

## Como despertar o Amor

O desejo, o apetite sexual, a simples necessidade animal não constituem senão um dos elementos do amor. Ele postula, quando muito, um tipo morfológico, não um ser em particular. Aqueles que observaram, por introspecção, o processo do nascimento do amor, sabem que o primeiro sintoma reside no fato de experimentar-se um contentamento muito intenso na presença do ente amado. [1]

Ao utilizar os recursos da telepsiquia, é útil inspirar-se a pessoa no processo em questão, isto é, começar por associar a idéia de presença à de contentamento. Essa a primeira etapa a realizar.

Se quiserdes vos fazer amar, visai a sugerir ao sujeito, antes de tudo, que vossa presença determine nele um estado agradável.

Após quinze ou vinte sessões, passai à segunda etapa que consiste em fixar, no inconsciente do sujeito, um impulso de procurar o contentamento que ele experimenta em vossa companhia, portanto de vir até vós.

Quando constatais que ele se empenha em aproveitar toda a ocasião de ficar perto de vós, abordai a terceira etapa: sugeri-lhe que ele sinta a necessidade de ver-vos o mais freqüentemente possível e que se aborrece todos os momentos em que não estejais perto dele.

Persistindo neste sentido, chega um momento em que predomina, no primeiro plano da vida interior do sujeito, a noção de que a harmonia de sua existência necessita de vossa companhia constante.

(1) Ibsen faz dizer a Peer Gynt: "É uma festa ver-vos?"



Escusa dizer que, desde então, a partida está ganha.

Para pôr em prática o que precede, é necessário, a um só tempo, ser resoluto e senhor de si. Por outros termos, cumpre estar firmemente determinado a obter o resultado e assaz exercitado em dirigir pensamentos e impulsos para abster-se, entre a hora diária de emissão telepsíquica e o dia seguinte, de pensar no sujeito ou ir até ele.

## Para prevenir a dissociação

Tudo está sempre em transformação. Cada um de nós evolui. As preferências que hoje sentimos intensamente modificam-se pouco a pouco, atenuam-se progressivamente, para desaparecer em prazo maior ou menor. O hábito embota, dia a dia, os contentamentos mais vivos. Por outro lado, certas divergências, no início pouco sensíveis, assumem, com o tempo todo o seu destaque.

Eis por que o amor, salvo exceções muito raras e explicáveis por uma complementariedade assaz harmoniosa, tende para a indiferença ou para graves antagonismos que acabam em rupturas.

Se bem que amplamente verificadas na vida social, estas noções não parecem familiares à maioria dos seres humanos.

Uma vez concluído o acordo liminar, quem pensa então nos longínqüos amanhãs? Quem duvida da indefinida continuidade?

O mal permaneceria, acima de tudo, benigno se a desafeição final viesse de uma e de outra parte ao mesmo tempo; se sua diminuição seguisse a mesma curva descendente. Acontece, porém, que um continua muito apaixonado enquanto que o outro não reage mais.

Aqui, ainda, a telepsiquia tem um papel a desempenhar e, antes de tudo, um papel preventivo. Esse papel baseia-se em observação, psicologia e vigilância.

Pela observação e análise caracterológicas, o adepto das ciências psíquicas pode definir e avaliar os diversos componentes da individualidade cujo amor pretende conservar, a fim de pensar e dirigir-lhe o comportamento de maneira a manter a harmonia primitiva.

Ele pode, desenvolvendo seu "magnetismo pessoal" [1] e usando judiciosamente a sugestão mental, conservar, e mesmo intensificar, sua influência.

Inconscientemente e com propósito deliberado, suscitastes numa pessoa o estado psíquico "amor". Prevenido contra a ilusão, comumente admitida, de que, uma vez criado, tal estado vai perpetuar-se espontânea e indefinidamente, vós tendes a vantagem de considerá-lo instável por definição, pelo fato mesmo da instabilidade das causas que o engendraram.

Compete a vós fazê-lo uma criação contínua, isto é:

a) Conservar em vós a corrente de pensamentos orientada para o desejo de agradar, que, no princípio, caracterizava vossa atitude mental;

b) Visar a manter a integridade de todos os elementos de atração que determinaram o amor cuja continuação desejais. Cultivai, desses elementos — morfológicos uns, caracterológicos outros, psíquicos — o destaque, a harmonia ou a intensidade;

c) Considerar praticamente as leis do *magnetismo pessoal*: desta influência procede o encanto na sua acepção mais profunda, mais total;

d) Recorrer regularmente à concentração irradiante, ou, dito de outra maneira, à sugestão mental.

Para pôr em prática essas indicações, cumpre ter a pessoa o hábito de um comportamento constantemente refletido, a predominância do pensamento deliberado sobre a imaginação, a impulsividade e o comodismo.

---

(1) O capítulo II dá, para isso, as indicações necessárias.



Desta aptidão para governar, judiciosamente e com continuidade, o próprio pensamento, depende a possibilidade de conservar não só o amor como, mais geralmente, a simpatia, a consideração, a confiança, a amizade e todas as formas de afeição.

### A importância de uma reação precoce

Os primeiros sinais de desafeição raramente escapam a um espírito atento — ou pelo menos sensível.

Uma reação empreendida desde as primeiras manifestações tem efeitos mais rápidos e mais seguros do que um esforço tardio. Como proceder? Principalmente por uma série de sessões de ação mental cotidianas ou bi-cotidianas realizadas em momentos em que a pessoa possa isolar-se quando esteja num estado máximo de tensão psicológica. Subsidiariamente, convém observar certas regras, tendo em vista não criar, não acentuar a indiferença ou a desarmonia cujos sintomas acreditou-se observar. A impassibilidade exterior, a abstenção absoluta de qualquer observação, crítica ou revindicação impõe-se em primeiro lugar. Toda palavra inábil ou desagradável só pode diminuir a receptividade. *É exclusivamente pela via interpsíquica que convém agir,* sem que o sujeito, alertado por alguma notificação verbal, possa duvidar da clarividência com que se detectou o que nele se passa ou do fato de que ele é o objeto de sugestões mentais.

Sobrepujando sua impulsividade, sua expansividade, sua tendência de expor o que sente, de trair o segredo de sua vida interior, o adepto da cultura psíquica condensa em si mesmo um potencial energético cuja projeção, sob forma telepsíquica, afetará mais poderosamente o sujeito que todas as tentativas declamatórias.

Indiretamente, a manutenção de uma máscara de imperturbabilidade, o cuidado em permanecer agradável, de manter "o sorriso", de não contrariar em nada o sujeito e de manifestar-lhe *oportunamente* atenção ou

solicitude, contribuem para impressioná-lo utilmente: esta tática aumenta sua sugestibilidade.

Ela lhe "adormece", por assim dizer, o subconsciente, que registra então ao máximo vossas sugestões mentais.

As virtudes cordiais do praticante da influência telepsíquica residem numa paciência inalterável e uma persistência inflexível.

## As rivalidades

O esforço necessário para a execução cotidiana de uma sessão de emissão tal como foi definida no Livro I, capítulo III, requer todos os recursos energéticos de um ser normal. Seria, então, dispersar e esbanjar as forças mentais tentar influenciar duas pessoas ao mesmo tempo. Não conheço, jamais conheci um experimentador capaz de realizar duas intervenções telepsíquicas no mesmo espaço de tempo. Eis por que previno aqueles que me seguem contra a tentação de assumir, em caso de rivalidade, uma tarefa que ultrapasse seus recursos; por outras palavras de tentar agir sobre a pessoa que os interessa e sobre aquela com que se encontrem em competição.

Os leitores já conhecem a regra das vinte e duas horas: a fim de prevenir a dispersão irreparável de uma perpétua ruminação, convém, quando se empreenda executar os procedimentos do capítulo III, regulamentar as próprias ocupações de maneira a deixar de pensar vinte e duas horas, a cada vinte e quatro, no sujeito sobre quem se desenvolve o trabalho, sendo as outras duas horas destinadas à sessão de emissão. Assim recuperam-se e acumulam-se as energias psiconervosas e o emissor se acha regularmente em alta tensão.

Corolários desta regra: em caso de rivalidade, desviar totalmente o pensamento da terceira pessoa: ignorá-la, por assim dizer, e concentrar todos os recursos



num só objetivo: a individualidade cujo amor se quer de novo obter, conservar ou inspirar.

Se levardes a um certo grau de potência vossa própria atração, o sujeito se desviará espontaneamente de qualquer outra pessoa, desde que se sinta mais fortemente atraído para vós do que para outrem.

## Após a ruptura

Um exame minucioso, dividido em certo número de horas meditativas, permite inventariar as causas determinantes da ruptura, avaliar sua importância, sua origem e apreciar se cumpre ou não considerar o caso definitivo; se é oportuno ou não empreender uma tentativa com vistas a influenciar o sujeito. Esse exame exige um sério esforço de reflexão objetiva. Na base de certos desacordos, existe, com efeito, incompatibilidades muito profundas, digamos mesmo: incoercíveis. Em outros casos, os determinantes são mais circunstanciais que essenciais. Importa assinalar aqui que a primeira condição para conseguir uma pessoa atrair outra para si é a decisão não fugaz, mas inabalável, de aplicar-se nisto. Semelhante decisão forja-se no retiro, na concentração mental e na análise meticulosa do caso.

Uma vez assumida a decisão de agir, passar-se-á ao estudo de plano de ação, tal como defini no Livro I, capítulo III. Assim como já disse na p. 30, não existem resultados a um só tempo imediatos e importantes em telepsiquia. É a repetição que faz a força da sugestão e a assiduidade que lhes confere a facilidade.

Aquilo a que se deve visar é modificar insensivelmente, gradualmente, as disposições interiores do sujeito; seria presunção sugerir reviravoltas instantâneas. Em geral, de quatro a seis meses de trabalho cotidiano são necessários para impregnar, para saturar um psiquismo a ponto de nele estabilizar a predominância dos sentimentos que nele se deseja implantar.

Uma determinação obstinada, um plano judiciosamente estabelecido e uma pontualidade irreprochável quanto às sessões de emissão, não poderiam permanecer sem eficácia. O expoente — em sentido algébrico — destes três fatores, o elemento que pode elevar a potência a um grau inverossímil e no entanto real é o ardente desejo de resultados. Já assinalei anteriormente a importância desse desejo ardente. Volto a ele para mostrar suas afinidades com a determinação obstinada e com o plano premeditado, inseparáveis de uma influência telepsíquica intensa e metódica.

O desejo ardente implica a permanência do resultado visado *no primeiro plano* das preocupações do operador; este último subordina então todos os pormenores de seu comportamento à utilização dos procedimentos telepsíquicos. Em particular, adota, sem deixar-se influenciar por qualquer consideração, um *modus vivendi* tal que a elaboração e a condensação de suas energias psiconervosas efetuam-se sem entrave em ótimas condições; subsidiariamente ele elimina, de sua existência, tudo o que ocasiona direta ou indiretamente a depressão de suas forças psíquicas.

Quando, pois, falamos de traçar um plano, entendemos, por um lado, o da ação telepsíquica propriamente dita com suas etapas sucessivas, mas também, por outro lado, o de cada dia informado pelo princípio de tudo subordinar à realização das condições nas quais é indispensável encontrar-se o operador para aproveitar toda a potência mental que tenha para elaborar e projetar utilmente.

Nesse sentido, eis aqui algumas indicações elementares:

a) Regulamentação fisiológica: por via de um regime bem concebido, favorecer a duração e a profundidade do sono. É no curso do sono que os acumuladores psiconervosos recarregam-se.



b) Regulamentação da atividade: uma série de ocupações bem coordenadas e suscetíveis de fixar, pouco a pouco, a atenção, se for possível cativá-la.

c) Regulamentação social: fazer com que fique ignorado o que vos preocupa. Não confiar-se nem expandir-se. Falar pouco. Escutar o que não se puder deixar de ouvir, esforçando-se em interessar-se pelo assunto. Afastar-se da companhia de pessoas vazias, verbosas ou dissipadas. Evitar o jogo e, de modo geral, o que ative a emotividade. Ter exclusivamente distrações tranqüilas.

A observância perseverante desses princípios de tática psíquica parece ser tanto mais acessível quanto maior intensidade tenha o ardor psíquico. O experimentador animado de um tal impulso interior, compraz-se até nesse treinamento, graças ao qual suas possibilidades de influência se vêem, dia por dia, aumentados. Aliás, uma organização harmoniosa sucede-se à desordem inicial. Após algumas semanas de esforços, quando os primeiros resultados aparecem, a ação prossegue mais favoravelmente porque o interessado sente-se, daí em diante, seguro de si.

A concepção do plano a seguir para as sessões de emissão telepsíquica necessita da observância de diretivas inspiradas no princípio enunciado mais acima: não há resultados importantes e imediatos. As ondas sucessivas de sugestão mental afloram, impregnam pouco a pouco o subconsciente do sujeito e predominam após um certo número de sessões.

Para ajudar os que me lêem a compreender diversas etapas da ação mental, eis o que aconselho:

a) Durante algumas semanas, visar exclusivamente a "manter o contato". Representar-se não só a imagem visível do sujeito como também de seu caráter, suas manifestações, seus gostos, suas tendências. Cria-se, assim, a sintonia que foi estudada num capítulo anterior;

b) Segunda etapa: determinar, pelas representações convenientes, a revivescência, no curso dos pensa-

mentos do sujeito, nos seus devaneios, de lembranças da fase de relações harmoniosas tidos com ele;

c) Terceira etapa: sugerir ao sujeito o impulso de manifestar-se, escrever, telefonar, vir, etc.

d) Quarta etapa: o operador, tendo definido claramente todas as características da personalidade da pessoa que inspiraram outrora ao sujeito a afeição ou o amor que cumpre renovar, sugerirá a revivescência das impressões primeiras, num grau elevado, obsedante;

e) Por fim, adotar o modo imperativo para determinar a retomada de convivência.

Obtido este último resultado, basta persistir para fixar de novo o estado psíquico do sujeito.

### A vantagem de estar exercitado

Em época já longínqua (1904), quando abri pela primeira vez um livro análogo aos que escrevi mais tarde, o fato de interessar-se pelas ciências psíquicas parecia testemunhar tendências singulares. Alguns raros adeptos vinham ler, no maior segredo, na única biblioteca especializada de Paris e assistir às lições do célebre Hector Durville ou do doutor Encausse. Desde então, a vulgarização de diversos ramos do psiquismo experimental e de questões conexas tornou-se tal que ninguém lhes ignora os dados, ao menos elementares, nem os recursos. Entretanto, os praticantes, que entendo serem aqueles que adquirirem através de um treinamento metódico a virtuosidade necessária para pessoalmente tirar partido dos meios de influência pessoal que representam a sugestão, o hipnotismo, o magnetismo e a telepsiquia, permanecem pouco numerosos.

Na maior parte dos casos, a atenção das pessoas é atraída para essas questões no momento em que se produz uma eventualidade, na presença da qual se concebe o interesse de encontrar-se na posse daquela segurança



na utilização dos procedimentos que somente uma aplicação assídua permite adquirir.

O homem ou a mulher desejosos de aproveitar as possibilidades que as ciências psíquicas oferecem a cada pessoa interessa-se por trabalhar com vistas a tornar-se praticamente capaz de influir, invisivelmente e com propósito deliberado, sobre qualquer pessoa cujo pensamento e comportamento lhe sejam importantes.

Para isso, é judicioso começar pelo início, dispender todo o tempo necessário e não pular etapas. Antes de extrair raízes quadradas, precisamos ter aprendido as quatro operações e só abordamos a trigonometria depois de ter praticado a álgebra elementar.

Alguns adeptos das ciências psíquicas, bem inspirados ou bem orientados, procedem de maneira análoga e seguem o programa seguinte:

a) Prática de uma autocultura individual que tenha por objeto:

1.º fortificar a vontade da pessoa em todas as suas manifestações: firmeza, tenacidade, domínio de si própria, confiança em si, segurança; tornar-se capaz de executar suas decisões, identificar-se com suas resoluções, realizar seus projetos;

2.º eliminar os elementos defeituosos de seu caráter: emotividade excessiva, impulsividade, instabilidade, indecisão, timidez, maus hábitos, etc. e formar-se assim uma disposição mental enérgica, independente, imperturbável, inacessível às influências deprimentes;

3.º cultivar a flexibilidade e a sutileza intelectuais, a lucidez de espírito, a atenção constante, a memória, a iniciativa metódica e a engenhosidade, de maneira que o trabalho cerebral torne-se-lhe fácil e que suas aptidões atinjam um nível suficiente para assegurar-lhe o máximo possível de êxito;

4.º adquirir a calma, a segurança de expressão, habilidade persuasiva e a autoridade que são o fundamento da influência pessoal na vida e nos negócios;

b) Treinamento de algumas semanas na produção de fenômenos comuns do hipnotismo experimental. Esse treinamento representa, para o telepsiquista, o que duas horas cotidianas de escola representam para o pianista.

c) Utilização *habitual* da sugestão mental na vida comum.

Assim, logo que surja uma dificuldade que unicamente a influência pessoal *invisível* possa resolver, aquela de que trata este livro, a pessoa encontra-se em estado de fazer frente a ela através de meios plenamente desenvolvidos.

*A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA — curso prático de telepsiquia*

*Paul-Clément Jagot*

*Existe um meio seguro de uma pessoa exercer influência sobre outra, tanto de longe como de perto; um meio tão sutil que passa despercebido, por mais profundamente que seja sentida a ação invisível, da qual, aliás, ninguém pode fugir. Esse meio não é senão a propriedade comunicativa, dominadora e atrativa de todo pensamento emitido com intensidade. Algumas pessoas utilizam tal propriedade inconscientemente. Outras a contestam, sem se dar conta de que devem a ascendência de sua personalidade a essa força de grande poder irradiante que é reflexo de uma vigorosa organização psíquica. Outras pessoas, finalmente, gostariam de aprender a usar deliberadamente semelhante influência. É a estas últimas que se destina* A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA, *de Paul-Clément Jagot, obra de caráter essencialmente prático. Assim como praticamente todas as pessoas estão capacitadas a exercer as atividades normais de um ser humano, assim também estão qualificadas para exercer a ação à distância; este livro, porém, tem precisamente a finalidade de possibilitar, àqueles que sejam pouco dotados, tirar de suas aptidões atuais o máximo de efeito e fortalecê-las por meio do treinamento.* A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA *é uma obra realmente única no gênero e expõe, de maneira clara, os procedimentos que permitem exercer influência, de perto ou de longe, sobre quem quer que seja, e independentemente de sua vontade.*

EDITORA PENSAMENTO

*A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA — curso prático de telepsiquia*

*Paul-Clément Jagot*

*Existe um meio seguro de uma pessoa exercer influência sobre outra, tanto de longe como de perto; um meio tão sutil que passa despercebido, por mais profundamente que seja sentida a ação invisível, da qual, aliás, ninguém pode fugir. Esse meio não é senão a propriedade comunicativa, dominadora e atrativa de todo pensamento emitido com intensidade. Algumas pessoas utilizam tal propriedade inconscientemente. Outras a contestam, sem se dar conta de que devem a ascendência de sua personalidade a essa força de grande poder irradiante que é reflexo de uma vigorosa organização psíquica. Outras pessoas, finalmente, gostariam de aprender a usar deliberadamente semelhante influência. É a estas últimas que se destina* A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA, *de Paul-Clément Jagot, obra de caráter essencialmente prático. Assim como praticamente todas as pessoas estão capacitadas a exercer as atividades normais de um ser humano, assim também estão qualificadas para exercer a ação à distância; este livro, porém, tem precisamente a finalidade de possibilitar, àqueles que sejam pouco dotados, tirar de suas aptidões atuais o máximo de efeito e fortalecê-las por meio do treinamento.* A INFLUÊNCIA À DISTÂNCIA *é uma obra realmente única no gênero e expõe, de maneira clara, os procedimentos que permitem exercer influência, de perto ou de longe, sobre quem quer que seja, e independentemente de sua vontade.*

EDITORA PENSAMENTO